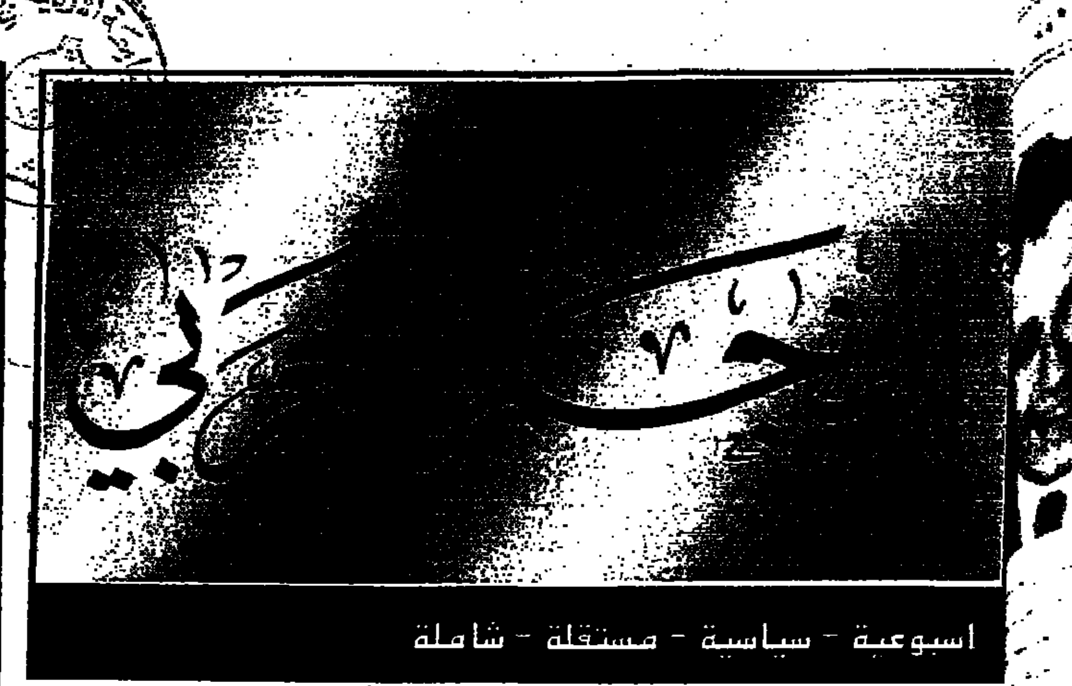


الصفقة التي دفعت نيتنياهو الى السلطة

اجمعت المصادر الدولية بان النظام الاقوى في المنطقة حيال النتائج المفاجئة للانتخابات الاسرائيلية والتي دفعت بالزعيم الليكودي الى السلطة النظام السوري حيث انه كان شديد الحساسية في تعامله مع حزب العمل للدرجة التي احجم فيها عن مقابلة وزير الخارجية الامريكي اثناء جولاته المكوكية بين دمشق وتل ابيب في ذروة عملية عناقيد الغضب استخفافا منه بكل افكار العمل باعتبارها تنطلق من قاعدة الضعف والمراوغة وتذهب المصادر اياها الى ابعد من ذلك حين تشير الى ان النجاح الديلوماسي السوري في التعامل مع قضايا المنطقة وخاصة نجاحه الكبير في مواجهة العدوان الاسرائيلي الاخير على لبنان جعل من دمشق المحطة الدولية الاهم حيث ان الاطراف الدولية الكبرى كانت تتوقف يوما او يومين للسماح لها بمقابلة الرئيس الاسد حيث ان النظام السوري يملك قدرة هائلة في التعامل مع المستجدات الدولية وخاصة التي افرزتها قمة شرم الشيخ بحنكة ودراية محافظا على الثوابت والتي جعلت من العدوان فخا نصب بمهارة كمقدمة لسقوط بيرس وفتح الباب امام احتمالات فوز الليكود المقبول لدى دمشق والمفضل عن العمل في التعامل معه في القضايا المعقدة ولقد افادت المصادر اياها بان كلينتون كان سعيدا بغياب الاسد عن قمة شرم الشيخ حيث وظف هذه المقاطعة في خطة اعدتها المخابرات المركزية بالتعامل مع المخابرات الاسرائيلية بوضع التفاصيل الدقيقة لنجاح الليكود بعدما تقدم بيرس في القمة اياها ببنود وضع فيها عجزه عن متابعة المسيرة على كل المسارات وان الشارع الاسرائيلي منقسم على نفسه حول استئناف العملية السلمية وباعتبار الليكود الاقوى على دفع عملية السلام التي راوحت كثيرا قياسا على نجاح الليكود في اول تسوية مع الجانب المصري والتي تميزت بالتعقيد وتحدث بعض الضالعين في السياسة الدولية بان هناك لقاءات تمت بين شخصيات ليكودية وسورية متنفذة وبالواسطة قد جرت منذ فترة مما يؤكد بان الجانب السوري يملك رؤية استراتيجية وثوابت لا يحيد عنها تماما كالليكود الذي يعرف ما يريد وهو الاقدر على ضبط ايقاع التسوية وعلى التحكم بمسار الشارع الاسرائيلي وقد يكون من السهل التعامل معه وفي سبيل ذلك اعدت الخطة وهيئت الاجواء بنجاح الليكود.

٢٣ محرم ١٤١٧ هـ الموافق ٩ حزيران ١٩٩٦ م | العدد ٤٢ / ١٠٠ المملكة الاردنية الهاشمية | السعر ٢٠٠ فلسا | SundaY 9 June NO 42 / 100 Amman

نتنياهو يدق طبول الحرب والأسد يعزف ألحان التضامن

الافتتاحية

الأردن امام التزاماته التاريخية تجاه القضية

[illegible]

وكالات – خاص النجم العربي

كشف النقاب اول امس عن مصدر سياسي رفيع المستوى ان البرنامج الإنتخابي لحكومة نتنياهو ينص صراحة على تعزيز الإستيطان ورفض إقامة دولة فلسطينية ورفض تقسيم القدس وعدم الإنسحاب من الجولان مما يعني ببساطة ان البرنامج برنامج حرب يقرع طبوله نتنياهو وقد بدأ واضحا وخاصة في خطابه الأخير المتلفز بعد فوزه مباشرة انه هتلر يعلن الحرب في كل كلمة ينطق بها وانه يسقط كل تعهدات حول إستئناف المسيرة السلمية على كل المسارات العربية ويتعهد بتعهدات حكومة العمل بشأن السلام وصرح نائب الليكود ميخائيل إيتان الذي يشارك في صياغة البرنامج في تصريح إذاعي اننا سنشجع الإستيطان اليهودي في كل مكان من اريتز إسرائيل – إسرائيل والأراضي المحتلة ولقد

البقية ص ٨





هل اكتملت بنية الحلف السوري العراقي الإيراني ؟

المفاجأة التي حكمت عليها الاتفاقات بالاعدام

الليكود — فتح ماذا يمكن ان تؤدي اليه مفاوضات الوضع النهائي بين السلطه الفلسطينيه فتح مع اسرائيل الليكود التي بدأت في محطة أوسلو ويفترض أن تنتهي عام ١٩٩٩ مفاوضات الوضع النهائي للاراضي الفلسطينيه بدأت في ٤ أيار ولكنها تلقائيا تأجلت بفعل العدوان على الاراضي اللبنانيه، في إطار حكومه العمل وبعد ما افرزت الانتخابات الاسرائيليه زلزالا تمثل بفوز الليكود وبرغم تكيده المسبق عبر برامجه الانتخابيه باحترام الاتفاقات التي وقعتها حكومه بيرس مع السلطه الفلسطينيه وباقي المسارات العربيه . بالرغم من ان زعيم السلطه الفلسطينيه بادر في يوم اعلان استقلال اسرائيل وفي تزامن مع ذروة العدوان الاسرائيلي على لبنان الى عقد المجلس الوطني الفلسطيني ونجح في استعداد قرار بالغاء جميع المواد في ميثاق منظمه التحرير الفلسطينيه التي تدعو الى القضاء على الكيان الصهيوني في ارض فلسطين وبذلك تحققت أمنية عاليه على كل اسرائيل هي الغاء اهم نص يؤكد حق الشعب الفلسطيني في ارض ودوله مع الاشاره الى أمن هذا النص لم يكن في الواقع إلا مبدئيا غير أن مجرد وجوده ينزع

البقية ص ٨

تجفيف الأغذية

أقدم طريقة لحفظ الطعام عرفها الإنسان وما زالت افضلها

ما هي العناصر والأملاح والفيتامينات المفقودة في الثمار المجففة ؟

كم هي عديدة طرق حفظ الأغذية من تجميد وتجفيف وتخليل وتقديد وتسكير وتطيب وتفريغ وتمليح الخ .. لكن التجفيف اقدمها واول طريقة ابتدعها الإنسان لحفظ طعامه ويقول اخصائي الصناعات الغذائية سعيد عبد العزيز عن تجفيف المواد الغذائية انها عملية طبيعية ادخلت عليها بعض التحسينات مما ادى الى سعة انتشارها وسكان محيط البحر المتوسط اول من عرفوا طريقة تجفيف الإنتاج الزراعي ليحتفظوا به لوقت الحاجة وقد استخدمت حرارة الشمس العالية نسبيا في حوض البحر الأبيض المتوسط كوسيلة طبيعية لتجفيف الفواكه والحبوب .

وفي العصر الحديث تقدمت صناعة التجفيف ابان الحرب العالمية الثانية في اول عقد الأربعينات ولكنها عادت للتدهور عقب انتهاء الحرب وقد ادت التجارب بإمكانية حفظ المادة الغذائية بخواصها سليمة بطريقة التجفيف وحفظها بدرجة حرارة تقل عن ٣٢ درجة لبضعة اشهر وجاء في المقال الذي اعده سعيد عبد العزيز لمجلة "التعاون" ان المواد الغذائية المجففة تتعرض للفساد تدريجيا اثناء تخزينها وتتوقف سرعة حدوث الفساد على ظروف التخزين فكلما كان التخزين جيدا صار الفساد بعيدا ولكن ما هي معايير الجودة ؟

والأساس في صناعة التجفيف هو نزع حوالي ٩٠-٩٥٪ من الرطوبة الموجودة في المادة الغذائية وهناك نظم متعددة لعمليات تجفيف الغذاء وتختلف هذه النظم تبعا للمادة الغذائية المراد تجفيفها وتستغل حرارة الشمس في تجفيف بعض انواع الفواكه مثل المشمش والخوخ والكمثري والعنب والتين وايضا في تجفيف الأسماك وتعتبر حرارة الشمس طريقة طبيعية للتجفيف لكنها تستخدم بشكل محدود وفي انواع معينة من المواد الغذائية اما الطرق او النظم الأخرى الصناعية فقد استحدثت وطورت بحيث يتم عن طريقها تجفيف اي نوع من الأغذية حيث يمكن التحكم بدرجات الحرارة وفترات تواجد الأغذية معرضة لتيارات الهواء الساخن المحددة حرارته وابسط هذه المجففات شرحا للقارىء هي مجفف النفق .. وهو عبارة عن نفق صناعي له بداية ونهاية وترص الأغذية المراد تجفيفها على صوان توضع فوق عربات وتدخل من بداية النفق بسرعة مناسبة ويمرر عليها تيار من الهواء الساخن ينتزع الرطوبة من المادة الغذائية حتى إذا ما خرجت مجففة ثم تؤخذ ثم تخزن في مخازن مجهزة وفقا لنوع المادة الغذائية . وهناك نظم اخرى من المجففات تسمى مجففات الرذاذ وهذه مفضلة في تجفيف السوائل مثل الحليب والعصائر والبيض والقهوة في خطوة واحدة وبسرعة حيث يدفع السائل في المجفف على هيئة رذاذ دقيق بتأثير انطلاقه من صمام ضيق تحت ضغط مرتفع فيتقابل الهواء الساخن مع السائل وتجف قطرات السائل مباشرة اثناء تساقطها في مجمع المادة الجافة حيث يؤخذ ويعبأ في عبوات مناسبة محكمة القفل ولكل نظام من نظم حفظ المواد الغذائية مزاياه وعيوبه ويحاول المختصون في هذه الصناعة من خلال تجاربهم ودراستهم العلمية والتكنولوجية ان يصلوا بالمادة الى اعلى قيمة غذائية واقل فقدا . وذلك بالتطور المستمر لهذه الصناعة فمن مزايا التجفيف تقليل نفقات نقل وتخزين الأغذية المجففة وصغر الحيز اللازم لتخزينها لأن حجم المادة الغذائية المجففة يقل كثيرا بسبب طرد اكثر من ٩٠٪ من رطوبتها بفعل حرارة التجفيف كما ان هذه الطريقة قليلة التكاليف اذا قورنت بطرق الحفظ الأخرى خاصة إذا استخدمت حرارة الشمس في تجفيف الأغذية كذلك سهولة تخزين الأغذية المجففة إذا قارنا ذلك بتخزين الأغذية الطازجة او المبردة او المجمدة اذ في الحالات الأخيرة يقتضي التحكم في درجات الحرارة والرطوبة بدقة كما لا يخفى علينا ان تجفيف المواد الغذائية قد يكون امرا ضروريا تحتمه الظروف مثال ذلك هطول الأمطار بغزارة على المحاصيل مما يعرضها للفساد لذا يستلزم تجفيف هذه المحاصيل للمحافظة عليها .. والكثير منا يتمتع بميزات التجفيف داخل منزله دون ان يدري الأسباب فنجد اننا نحفظ الحبوب والبهارات والحليب المجفف والعصائر المجففة والقهوة حفظ الحليب السائل والعصير السائل والمواد الغذائية الأخرى الطازجة اي المحتوية على رطوبتها داخل الثلاجة على درجة حرارة منخفضة .. ايضا التين المجفف والقراصيا والكشمش يمكن حفظها خارج الثلاجة لفترات طويلة بينما لا بد من حفظها مبردة اذا كانت طازجة كما تلاحظ الأمهات اللائي يستخدمن حليب الأطفال الذي يكون محتفظ خارج الثلاجة .

دون حدوث فساد ما دام جيد الغلق بعيدا عن الرطوبة ، وتلعب صناعة التجفيف دورا كبيرا في توفير الأموال للمزارعين ومنتجي الالبان في الدول الزراعية حيث ان انتاجها يكون وفيرا ويتعدى احتياجات هذه الدول بكثير الأمر الذي يتطلب تصدير هذه المنتجات وعملية التصدير تحتاج الى برادات ومخازن كبيرة ذات نوعية خاصة وبظهور صناعة التجفيف امكن لهذه الدول ان تجفف الفائض من الحليب والفواكه والحبوب وبذلك يمكن ان تخزن في حيز اقل من الشاحنات سواء كانت برية او بحرية او جوية وبالتالي تقل تكاليف النقل ويقل الفاقد من هذه المواد وكم انقذت الأغذية المجففة شعوبا تعرضت لكوارث الطبيعة مثل الزلازل والفيضانات او الجفاف وفي جميع الحالات كانت لصناعة التجفيف فوائدها العظيمة التي عادت على المنتج وكذلك المستهلك بالنفع الكبير ، وتنحصر عيوب المواد الغذائية المجففة في انها بدون شك اقل جودة واقل قيمة غذائية من نظيرتها الطازجة والمجمدة والمحفوظة في اواني محكمة القفل بالتعقيم واهم الصعوبات التي تعترض صناعة التجفيف اثنتان هما صعوبة التحكم في ظروف تخزين الأغذية المجففة لمنع فسادها كيماويا وحيويا وميكروبيولوجيا ثم ضرورة اعطاء الأغذية المجففة بعض الوقت لتسترد مظهرها شبه الطازج قبيل الطهي والإستهلاك وهذا الوقت اطول مما يلزم في حالة الأغذية المجمدة وهو ليس مطلوبا في الأغذية الطازجة او المحفوظة بالتعقيم في الأواني محكمة القفل وعن القيمة الغذائية للمواد الغذائية المجففة نجد ان عملية التجفيف تسبب فقدا ملموسا في بعض مكونات الأغذية ويختلف مقدار هذا الفقد بإختلاف طريقة التجفيف فعند تحضير مسحوق عصير البرتقال فإنه يفقد حمض الاسكوربيك (فيتامين ج) إلا انه ابتكر حديثا طريقة التحضير في غياب الأوكسجين للحفاظ على حمض الاسكوربيك من الفقد وعملية التجفيف تؤدي الى تركيز في البروتينات والدهون والكربوهيدرات والى إنخفاض في كمية الفيتامينات يتوقف مداه على وسائل تحضير المادة الغذائية قبل التجفيف وعلى الطريقة المتبعة في التجفيف وعلى ظروف التخزين ومن اكثر المكونات تعرضا للفقد هو فيتامين (ج) وقد ثبت ان التجفيف بواسطة الشمس يؤدي الى فقد فيتامين (أ) كلية من الفاكهة بينما التجفيف الصناعي لا يؤدي الى فقد ملحوظ لنفس الفيتامين وتسبب عملية الكبرتة تحرير غاز ثاني اوكسيد الكبريت فقد جزء كبير من الفيتامين (Vit B1) ويحدث الفقد في ثمار العنب حتى بدون الكبرتة ولوحظ ان عملية الكبرتة تحافظ على فيتامين (أ) بالرغم من اتلافها للفيتامين B1 في التين اما فيتامين (ج) فمفقود في كلتا طريقتي التجفيف اما فيتامين B2 فلا يتأثر بالتجفيف سواء كان شمسيا او صناعيا وتفقد القراصيا كل محتوياتها من فيتامين B1 بتأثير غاز ثاني اوكسيد الكبريت ويسبب تجفيف الخضروات تركيزا في المعادن والبروتين والكربوهيدرات كما يسبب فقد في الكاروتين يصل الى ٩٠٪ في السبانخ وفقدا في فيتامين (أ) الى ٧٩ في البطاطا وبصفة عامة يمكن ان يقال الفقد بالتجفيف كبير في فيتامين أ، ج ومتوسط في فيتامين B1 B2 .

ولا يسبب التجفيف بمجففات الرذاذ والمجففات الإسطوانية فقدا ملموسا في محتويات الحليب من فيتامين (أ B1 B والنياسين وفيتامين B6 ويعتبر الحليب المجفف فقيرا في فيتامين (د) ولا يخفى ان نسب الفيتامينات في الحليب المجفف تتوقف على نسبته في الحليب الطازج التي تتأثر بمصدر الحليب وموسمه وغذاء الماشية وطول فترة الإدرار والتجفيف تأثير آخر على مكونات الحليب فهو يزيد من قابلية البروتينات للهضم إلا انه يقلل من القيمة الحيوية لهذه البروتينات والفقد في اللحم المجفف ٣٠-٤٠٪ من فيتامين ب١ ، ٢٠-٣٠٪ من حمض البانتوثنيك ويتفاوت مقدار الفقد تبعا لطريقة التجفيف ، وعموما يجب الا تنزعج من تناول الأغذية المجففة بسبب فقد عدد من الفيتامينات المهمة اثناء عملية التجفيف لأننا لا نستخدم الأغذية المجففة فقط في وجباتنا اليومية بل نعوض مثلا فيتامين ج في العصير المجفف بتناول الخضروات الطازجة حيث اننا كما قرأنا من قبل نقوم بتنويع الغذاء فمنه الطازج واخر مجفف وثالث مكثف وهكذا نكرر ايضا لمن لا يتبعون هذا الأسلوب في التغذية ان تنويع الغذاء امر مهم للحصول على الغذاء الكامل .

والأغذية المجففة خاصة الفواكه والمكسرات غنية جدا بالسعرات الحرارية لإحتوائها على سكريات مركزة ودهون واثرها يضاف الى اطباق الطهي فتزيدها قيمة حرارية تكسب الجسم طاقة كبيرة وعن فساد الأغذية المجففة فإنها تتعرض للفساد اثناء التخزين غير الجيد بفعل الأحياء الدقيقة والتفاعلات الكيماوية الحيوية والحشرات واكثر انواع الفساد الذي تتعرض له الأغذية المجففة يكون بفعل الحشرات التي تفتح المجال للإصابة بالأحياء الدقيقة وايضا التفاعلات الكيماوية التي تؤدي الى فسادها .

والفواكه المجففة عند فسادها يحدث لون داكن في الجزء اللحمي اثناء التخزين لذا ينصح بتخزينها على درجات حرارة منخفضة لمنع حدوث هذه الظاهرة وكذلك يخزن الجوز المجفف داخل الثلاجات منعا لحدوث التزنخ ، وقد تصاب الفواكه المجففة اثناء تخزينها بالأحياء الدقيقة مما يؤدي الى حدوث تخمر ونمو فطريات تكون على شكل بقع بيضاء على سطح المادة كما في التين والقراصيا وهي عبارة عن مخلوط من الخمائر وبلورات السكر ولتجنب فساد هذه المواد ينصح بتعبئتها داخل اكياس مانعة لدخول الحشرات وتحفظ في مكان بارد جاف مظلم نظيف في حالة اتزان مع الجو المحدد درجة حرارته ورطوبته وفي حالة ظهور حالة فساد من الحالات المذكورة يفضل التخلص من الكميات التالفة وما حولها حتى لا تؤثر على باقي المخزون ويستمر الغذاء المجفف صالحا للإستهلاك طول فترة الحفظ .

وحتى التوست المحمص (المجفف) في الجو العادي .. بالرغم من انه يستلزم ويتفاوت مقدار الفقد تبعا لطريقة التجفيف ، وعموما يجب الا تنزعج من تناول الأغذية المجففة بسبب فقد عدد من الفيتامينات المهمة اثناء عملية التجفيف لأننا لا نستخدم الأغذية المجففة فقط في وجباتنا اليومية بل نعوض مثلا فيتامين ج في العصير المجفف بتناول الخضروات الطازجة حيث اننا كما قرأنا من قبل نقوم بتنويع الغذاء فمنه الطازج واخر مجفف وثالث مكثف وهكذا نكرر ايضا لمن لا يتبعون هذا الأسلوب في التغذية ان تنويع الغذاء امر مهم للحصول على الغذاء الكامل .

والأغذية المجففة خاصة الفواكه والمكسرات غنية جدا بالسعرات الحرارية لإحتوائها على سكريات مركزة ودهون واثرها يضاف الى اطباق الطهي فتزيدها قيمة حرارية تكسب الجسم طاقة كبيرة وعن فساد الأغذية المجففة فإنها تتعرض للفساد اثناء التخزين غير الجيد بفعل الأحياء الدقيقة والتفاعلات الكيماوية الحيوية والحشرات واكثر انواع الفساد الذي تتعرض له الأغذية المجففة يكون بفعل الحشرات التي تفتح المجال للإصابة بالأحياء الدقيقة وايضا التفاعلات الكيماوية التي تؤدي الى فسادها .

والفواكه المجففة عند فسادها يحدث لون داكن في الجزء اللحمي اثناء التخزين لذا ينصح بتخزينها على درجات حرارة منخفضة لمنع حدوث هذه الظاهرة وكذلك يخزن الجوز المجفف داخل الثلاجات منعا لحدوث التزنخ ، وقد تصاب الفواكه المجففة اثناء تخزينها بالأحياء الدقيقة مما يؤدي الى حدوث تخمر ونمو فطريات تكون على شكل بقع بيضاء على سطح المادة كما في التين والقراصيا وهي عبارة عن مخلوط من الخمائر وبلورات السكر ولتجنب فساد هذه المواد ينصح بتعبئتها داخل اكياس مانعة لدخول الحشرات وتحفظ في مكان بارد جاف مظلم نظيف في حالة اتزان مع الجو المحدد درجة حرارته ورطوبته وفي حالة ظهور حالة فساد من الحالات المذكورة يفضل التخلص من الكميات التالفة وما حولها حتى لا تؤثر على باقي المخزون ويستمر الغذاء المجفف صالحا للإستهلاك طول فترة الحفظ .

تفاحة واحدة يوميا تبعدك عن الطبيب



في دراسة علمية حديثة دعى العديد من علماء التغذية الى الحفاظ على تناول فاكهة التفاح بشكل منتظم خاصة بالنسبة للمصابين بأمراض الكلى والمفاصل والنقرس .

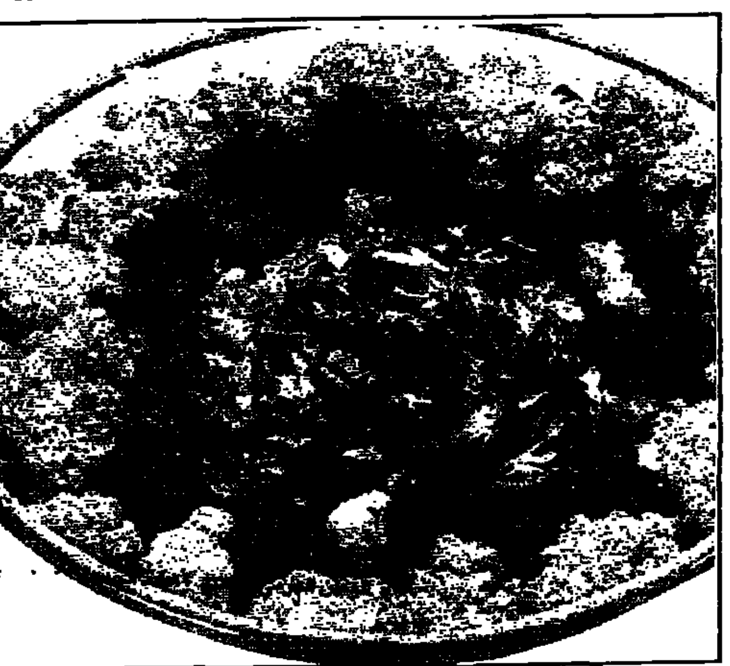
وذكرت الدراسة ان التفاح يفيد الى حد كبير في علاج امراض الكبد وزيادة ضغط الدم والإمساك وتضخم الغدد اللمفاوية وفقر الدم ، واشارت الدراسة الى ان تفاحة واحدة في آخر وجبة الطعام وخاصة العشاء لها تأثير ملين على المعدة كما ان حامض الاوكساليك الموجودة في التفاح يبيض الأسنان ويحافظ عليها كما ان شراب التفاح الخالي من الكحول يوصف في الوقت الحالي لمداواة امراض كثيرة كفقر الدم والضعف العام والروماتيزم وتصلب الشرايين وداء النقرس وامراض الجهاز البولي والأمراض الجلدية .

وتؤكد الدراسة ان لفاكهة التفاح فوائد غذائية وطبية وهي تغني عن صيدلية في حد ذاتها وقد ادركت مختلف الأمم سره وقيمته ، اما الطب الشعبي الحديث فيعتبر التفاح من افضل الفواكه واعظمها نفعا حيث يقول المثل الإنجليزي ان تفاحة واحدة في اليوم تبعدك عن الطبيب وهو ينشط الأمعاء ويمنع الإمساك المزمن ويفتت حصوات الكلى والحالب والمثانة ويزيل حموضة البول ويخفف نقيع التفاح من آلام الحمى وينشط الكبد ويهدىء السعال ويخلص الجسم من الأحماض والدهون ويسهل إفرازات غدد اللعاب والأمعاء والكبد وينشط القلب ويخفف آلام التهابات الأعصاب ويوصي الأطباء اصحاب المعدات والأمعاء الضعيفة بأن يأكلوا التفاح مطبوخا ويوصف التفاح في علاج حالات كثيرة ومنها علاج حالات الإسهال المزمن والحاد وخصوصا التي تصيب الأطفال في فصل الصيف حيث تقشر حوالي ٧ تفاحات وتنظف من البذور الداخلية ثم تبشر وتعطى للطفل ثلاث مرات في اليوم وبعد يومين او ثلاثة وبعد ظهور التحسن تقل كمية التفاح ويضاف اليها مغلي الشوفان بإستمرار وبعد تحسن الطفل ينقل تدريجيا الى غذائه المعتاد ويستخدم التفاح ايضا لعلاج النزلة الرئوية وامراض الأمعاء وعند غلي ٣٠ غرام من قشر التفاح في حوالي ربع لتر من الماء لمدة ربع ساعة يمكن ان يشرب مقدار اربعة اقداح يوميا من هذا المغلي كعلاج للروماتيزم والنقرس ولإدرار البول ويستخدم التفاح الممزوج بسكر النبات مع اليانسون كعلاج للسعال الناتج عن التهاب الحنجرة والبحة عند الأحداث والمسنين .

دور الأطعمة في التأثير على هرمونات الرجولة وتزايد نسبة الشذوذ

يتزايد عدد الرجال المصابين بالعجز الجنسي في اوروبا بوتيرة متصاعدة تنذر بخطر إجتماعي وفقا لدراسة إيطالية اخيرة حول نوعيات الأطعمة المتداولة بالإضافة الى تهديد آخر اطلق عليه اسم (التلوث البيولوجي) وعلى الرغم من عدم تقديم ادلة دامغة حوت دراسة لمجموعة من العلماء الإيطاليين شملت الأسماك والأحياء المائية الأخرى في عدد من الأنهار من ان شيوع المواد الكيماوية بمختلف انواعها في إنتاج الغذاء في الدول الصناعية من زراعة محاصيل وتربية قطعان من الماشية بأن يؤثر على هرمونات الرجولة ويؤدي الى "تخنث" تدريجي لمن يتناول هذه الأطعمة ، وليست هذه هي المرة الأولى التي ترد فيها تقارير علمية مستندة الى إختبارات ميدانية عن ان قدرة الرجل على الإنجاب بل وممارسة العلاقة الجنسية بنجاح مهددة بفعل النفايات الكيماوية التي تصب في انهار مياه الشرب وهي المواد ذاتها التي تقبع في باطن التربة وتدخل في التركيب العضوي للنباتات المأكولة وبالتالي في السلسلة الغذائية للحيوانات بالإضافة الى خطر آخر هناك هو "استروجونات" النمو السريع التي تستخدم اليوم بصورة شبه روتينية في إنتاج لحوم "السوبرماركت" .

وكان فريق من العلماء البريطانيين قد وقف اخيرا في إختبار مياه بعض الأنهار في بريطانيا على إكتشاف خطير هو ان الأسماك الذكور تحولت بمعدلات تثير الجزع الى اسماك "مخنثة" غير قادرة على التكاثر بل ووجدت حالات تحولت فيها السمكة الى ذكر وانثى معا ، وإنطلاقا من تلك الدراسة شرع فريق من علماء الجامعات الإيطالية في إختبار نفس النتائج على الأنهار في جنوب اوروبا في محاولة للتوصل الى نتائج اوسع نطاقا طلبا لتعميم النتائج الأولى ،

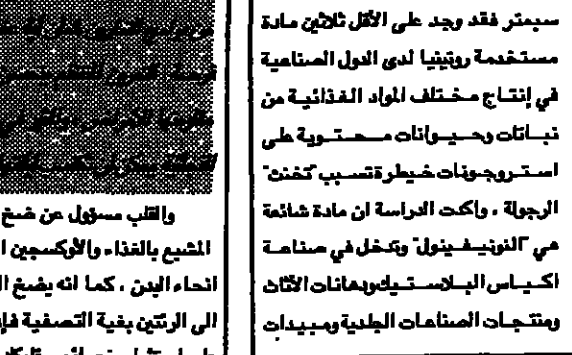


والجدير بالذكر ان دلالة الإكتشاف البريطاني خطيرة بحق حسب ما يراها الفريق الإيطالي ((حيث يشبه الجهاز التناسلي للأسماك الى حد بعيد مثيله لدى الإنسان وتملك السمكة خصيتين تنتجان حيوانات منوية)) .

وما كشفه التقرير الإيطالي ان ثمة ارتباطا لا ينكر بين تزايد نسبة الشذوذ الجنسي بين الرجال الأوروبيين والأطعمة التي يتناولونها ووفق البرفسور برونو سبمتر فقد وجد على الأقل ثلاثين مادة مستخدمة روتينيا لدى الدول الصناعية في إنتاج مختلف المواد الغذائية من نباتات وحيوانات محتوية على استروجونات خطيرة تسبب "تخنث" الرجولة . واكدت الدراسة ان مادة شائعة هي "النونيفينول" وتدخل في صناعة اكياس البلاستيك وبعانات الأثاث ومنتجات الصناعات الجلدية ومبيدات الأعشاب تسبب ضررا خطيرا للرجولة والقدرة على الإنجاب ، ويقول التقرير الإيطالي ان هذه المواد قد يعثر عليها في "بن القهوة ... وماء الشرب ... وصابون غسيل الصحون" بالإضافة الى مواد اخرى وجميعها يضر بدرجات متفاوتة بسمك "التروت" مثلما يضر بالثدييات الأخرى بلا فرق .

أنشط عضلة في الجسم لمحب الرياضة

التمرين المنتظم يحافظ على صحة القلب



[illegible]

والقلب مسؤول عن ضخ الدم النقي المشبع بالغذاء والأوكسجين الى مختلف انحاء البدن ، كما انه يضخ الدم الفاسد الى الرئتين بغية التصفية فإذا حرصت على إستثمار خصائص قلبك في إعتدال ومارست تمارين اللياقة في إنتظام تتألق صحة قلبك ويحتفظ بحيويته مقاوما الأمراض وعوامل الشيخوخة حتى سن متأخرة ، وقد كشفت الأبحاث الحديثة في ميدان الطب ان التزام برنامج تمارين بدنية معتدلة ومنتظمة قد يساعد في خفض مستوى الكوليسترول في الدم وارتفاع ضغط الدم علاوة على تخفيف لزوجة الدم مع تحسين قدرة الجسم على تحمل السكريات والسكر بصفة خاصة .

وليس ضروريا ان يكون النشاط الرياضي مرهقا لكي تقتنع بحصول الفائدة إذ ان هذا المفهوم مغلوط ولا يلس في بذل النشاط الى حد تصبب العرق والإحساس بالعطش وبإمكانك تناول قدح ماء غير مثلج ولا تدع النشاط يستغرق اكثر مما ينبغي على حساب قدرتك او مراعاة زميلك ، وإذا احسست بنوبات ألم في الصدر او بنوبات دوار يحبذ التفكير الجدي في أخذ رأي الطبيب وهناك نشاطات رياضية معينة يمكن مزاولتها لتحسين لياقة القلب ويجب الحذر والإبتعاد عن الممارسة الإعتباطية في مزاولة هذه الرياضة او تلك النشاطات المحببة للقلب هي السباحة وركوب الدراجات بالإضافة الى الهرولة والمشي ، ابتعد عن ممارسة حمل الاثقال والتزحلق على الماء اذ ان ضررها اكثر من نفعها للقلب ويمكن الاستفادة من مزاولة حصة او حصتين من كرة



المضرب كما يمكن ممارسة لعبة القولف شرط ان تحافظ على هدوء اعصابك عندما تفشل في إسقاط الكرة في الحفرة . خذ في عين الإعتبار ان ممارسة رياضة منزلية او خارجية تقوم بها على نحو منتظم بلا إجهاد او توتر لا بد ان تفيدك في تطبيق قلبك وإذا وافقت هذه النشاطات أحاسيس الحب والإنتفاع لمزاولة هذا النشاط فإن الفائدة تتضاعف وحتى تنجح في مزاولة نشاطاتك في إنتظام لا بد من ان تشرك شخصا ثانيا في مزاولة هذه النشاطات المنزلية معك .

وعليك عندما تفكر في إختيار نشاط رياضي معين لمزاولته بقصد تطبيق صحة قلبك ان تأخذ في الإعتبار إستشارة طبيبك إذا كان عمرك فوق الثلاثين او سبق لك ان اشتكيت من إضطرابات في القلب والأوعية الدموية وعليك في مثل هذه الحالات ان تمارس الهرولة بإعتدال إذا كنت تفضلها على المشي ، حاول ان تمارس النشاطات الرياضية من ٢٠ الى ٣٠ دقيقة كل يوم او بين يوم وآخر على الأقل وإستعمل السلالم بدل المصاعد في المباني التي تقصدها واحرص على مزاولة التمارين بإستمرار ولا تتوقف عنها بعد بضعة اشهر بل زد من وقت ممارستها وإذا ادى تمرين ما الى صعوبة التقاط الأنفاس مع حدة اللهاث وأحاسيس الألم توقف فورا عن المتابعة ويحبذ إستشارة الطبيب في مثل هذه الحال ، وحتى لو كنت قابعا امام الشاشة السحرية التلفزيون في وسعك ان تزاول تمارين اللياقة لصحة القلب كأن تنهض من مكانك وتمشي في الغرفة قبل العودة الى الجلوس كرر هذه العملية من حين لآخر واحرص على تغيير وضع جلوسك من وقت الى آخر وتذكر دوما ان المشي بضعة اميال كل اسبوع يدعم اسس اللياقة لوظائف عضلة القلب .

قبل المباشرة بأي برنامج للتمارين عليك ان تكتشف اولا مستوى اللياقة لديك وأبسط الطرق السليمة للتعرف الى ذلك تتلخص في قياس النبض في المعصم ، من الخطأ قياس النبض بعد الفطور إذ يتأثر النبض بالنشاط والقهوة والتوتر والدخان يجري قياس النبض اولا عند الإستيقاظ من النوم صباحا كي يمكن التعرف على نبض الراحة . ويختلف معدل النبض قليلا بين شخص وآخر بحسب العمر واللياقة والجنس وهو على العموم يراوح لدى الذكور البالغين بين ٧٠ و ٧٥ كما انه يراوح بين ٧٥ و٩٠ لدى النساء ، ويعتقد الإختصاصيون ان النبض الأدنى قليلا من ٧٠ يعني ان صاحبه يتمتع بمستوى لياقة مناسب اما إذا ارتفع النبض الى مائة في الدقيقة في وقت الراحة فإن هذا يدل على وجود تدهور في اللياقة ، يعتمد التحقق من العدد الأقصى للنبضات والمسموح به على عاملين : السن واللياقة التي تتمتع بها بالنسبة الى الشخص اللائق يمكن ان يصل عدد نبضات القلب الى ٢٠٠ نبضة وذلك في سن العشرين اما في سن السبعين فيمكن ان يصل عدد نبضات القلب الى ١٥٠ نبضة ، يحبذ ان تزاول تمارين اللياقة القلب في إنتظام إذ ان اخطر ما يمكن ان تمارسه بعد اسبوع من العمل المكتبي هو اللجوء في العطلة الأسبوعية الى مزاولة لعبة عنيفة مثل كرة المضرب على مدى ساعة او ساعتين فهذا سلوك مغلوط ذلك ان تطبيق العضلات عموما يقتضي المواصلة الدورية والمستمرة بعيدا عن النشاطات الرياضية المتقطعة .

أنت لست في حاجة الى إجراء تغيير جذري في نمط حياتك بهدف إكتساب اللياقة المثالية لقلبك كما انك لست محتاجا الى بذل نشاطات كثيرة او جديدة لتحقيق هدفك هذا واحذر من الوقوع في مزالق الوسواس والهواجس المرهقة للفكر .

إمرأة تطالب بتحرير الرجـــال !

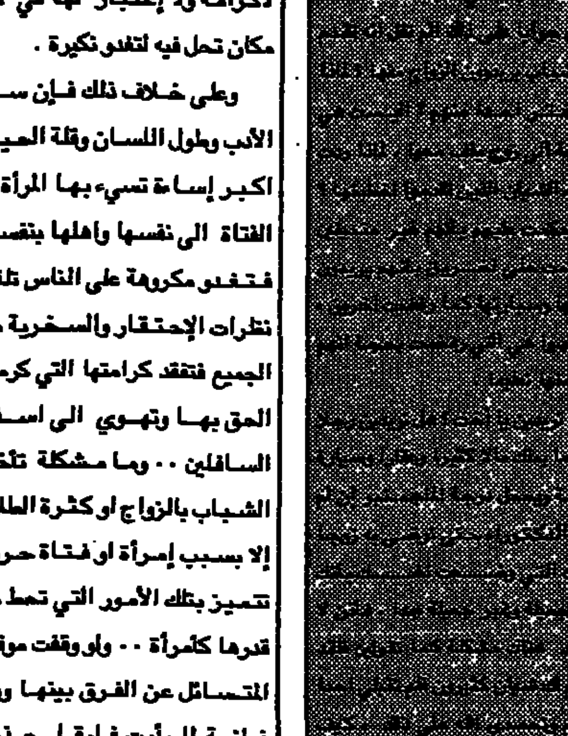
هناك ظاهرة رافقت كل المؤتمرات العالمية من أجل حقوق النساء ورفع الظلم اللاحق بهن على على أيدي الرجال، إبتداء من مؤتمر المرأة العالمي الأول مكسيكو وحتى مؤتمر بكين الأخير الذي لم يجف حبر مقرراته بعد، هذه الظاهرة تجلت في وقوف نساء ضد هذه المؤتمرات نساء يعتقدن ان مثل هذه المؤتمرات فيها الكثير من تزوير الواقع الحقيقي - واقع المرأة - وواقع الرجل. وأن موضوع الحقوق خرافة لا اساس لها وأن ما يجري في هذه المؤتمرات يشكل في النهاية إهانة المرأة.

لقد علت اصوات النساء المستنكرات إنعقاد مثل هذه المؤتمرات التي ترمي الى نصرة المرأة لتنطلق من مجتمعات وحضارات مختلفة ومتباينة

ولقد سمعنا اصوات شرقية وغربية بل ان هناك نساء اطلقن صيحة إستنكار عالية، الرجل هو المضطهد الرجل هو المظلوم، المرأة إستغلته اسوء إستغلال، وشغلته لحسابها وتحكمت به وبالأولاد وبالجيل كله ونشأته على افكارها هي فأصبح لها تابعا وخادما.. وأنها هي التي ترفض ممارسة السلطة مباشرة وتركته هو ينوب عنها بإرادة واعية لكي تستسلم الدعة والكسل، وتستمر في تمثيل دور المسكين العاجز الضعيف المهيض الجناح، ابرز تلك النساء الكاتبة والطبيبة والناشرة الألمانية إستير ميلار التي كانت اول من طرح الصوت عاليا ضد مؤتمرات المرأة العالمية إبتداء من المؤتمر الأول عام ١٩٧٥، وقد جعلت هذه القضية رسالة حياتها ونذرت لها نفسها واتبعت عداوة معظم نساء الأرض فقد وضعت ثلاثة كتب كانت كلها ضد الدعوة الى تحرير المرأة الأول كان بعنوان الرجل المروض، والثاني الجنس المتعدد الأزواج تصورت فيها الرجل المضطهد والمستغل من قبل المرأة التي تدعي عكس ذلك وطالبت بتشريعات في الدول الغربية تسمح الرجل بأن يكون له اكثر من إمرأة واحدة اي بتعدد الزوجات والثالث عبارة عن كتيب ضد قرارات الأمم المتحدة بتخصيص علم المرأة.

ومؤتمر دوري الدفاع عن حقوقها، ترى استير ميلار ان المؤتمر العالمي الذي يجب على المجتمع الدولي رفع مستوى النساء وايضا فهو امر مغير الحقيقة والواقع لأن وضع النساء في الدول الغربية لا يختلف عن وضع الرجال إطلاقا إن لم يكن افضل منه وفي كل طبقات المجتمع، وانه إذا كان ثمة حيف هضمت حقوقه فهو ليس الإناث فقط قطعا بل الذكور.. وإذا كان في تلك الدول من يستحق ان تقام له ذكرى سنوية او مؤتمر فهو الرجل وليس المرأة اما تخصيص المرأة بإنجاب الأطفال خلافا الرجل فقد حقق لها في الدول الصناعية الغربية مستوى معيشيا مرتفعا وهي تنعم بالميزات التالية:-

المرأة تقرر وضع العائلة من خلال الإنجاب ودوامه وإنقطاعه امر لا يتحقق إلا بموافقة المرأة وكما انها تحدد مقاييس المجتمع لأن الثابت علميا ان



القيم والمفاهيم لدى كل إنسان تنغرس فيه منذ الصغر فحوالي ٩٨٪ من الأطفال تربيتهم يقع على النساء ورياض الأطفال كما ان معشر النساء يحدد السياسة، فإرهاق الحياة يتحمله الرجل على وجه الإجمال فالمرأة تعيش بمعدل ست سنوات زيادة عن الرجل وكذلك في المجال الإقتصادي وحسب الإحصاءات فإن المرأة هي التي تقرر معظم مشتريات العائلة من طعام وشراب ولباس واثاث، إضافة الى قدرتها على تحديد الرأي العام بل وتشغل الرجل لحسابها وتجعله مسؤولا عنها وتبعه يقتل من اجلها عبر التفكير والجهد ودأبه لمعالجتها ورفع اجورها في كل المجالات، أفبعد ذلك تقول ان المرأة مضطهـــــــدة ؟!

المــادة الثقافيــة التــي تهــم المــرأة

مقدمة

ماهي المادة الثقافية التي تهم المرأة ؟ الى اين تتجه في قراءاتها ؟ ماهي المحاور والموضوعات التي تلفت انتباهها ؟

اسئلة كثيرة تطرح نفسها وتجعلنا نبحث في عمقها عن إجابات ايجابية ترضيها وتجعلنا نطمئن على الأجيال الشابة التي تعتبر الأم مدرستها ومرجعها الأهم في ظل ثقافة المرأة ووعيها ومدى اتساع افق قراءاتها ومطالعاتها تعمل على اذكاء جذوة المعرفة والوعي في المحيط الذي تعني بشؤونه وخصوصا لأولادها المتواجدين الى جانبها فماذا تقرأ المرأة واية نوعية من الكتب او المجلات تستهويها وهل صارت المكتبة ركنا هاما في منزلها ام انها مجرد اثاث قد تستغني عنه بديكور آخر ..؟

الكتاب هو المرجع الأغنى دائما

ماذا تقرأ المرأة ؟

تحقيق سهام ابو لبن وخالدة الناصرة :-

التحقيق التالي يقدم ردودا على اسئلتنا تلك من خلال ايجابات مختلفة لسيدات من كل الميادين فها هي السيدة آمال حمدي سكرتيرة في احد شركات النسيج تقول :-

على الرغم من التسابق التكنولوجي الذي يشهده عصرنا إلا انه لا يمكن إغفال دور الكتاب الذي لا ينضب في اكتساب المعارف واولى بنا نحن المعنيون بالعملية التربوية والثقافية والتوجيه المهني ان نكون من القارئات والمطلعات على الثقافات العربية وغير العربية ونتاجها وحركة الشعوب وكذلك حركة المرأة وانشطتها في كافة البلدان العربية لذلك فإن الكتاب صديقي وقد سبقنا المتنبي حين قال :- "خير جليس في الزمان كتاب" وبالطبع فلا تقتصر قراءاتي على الكتب الخاصة بعملي فالشمولية ضرورية في كل الأشياء فإلى جانب قراءة المجلات الأسرية الإجتماعية والصحف المحلية اميل الى الكتب ذات الطابع المعرفي ككتب التاريخ وسيرة الشعوب وكفاحهم وسير النساء الرائدات في كل العصور وتضيف ان مكتبة امانة العاصمة ومكتبة شومان وبعض مكاتب امانة العاصمة في المناطق تشكل اماكن هامة لكل امرأة تتوق الى المعرفة تشكل كل فئات الكتب العربية والعالمية والمحلية سواء التراثية او التاريخية او العلمية او الأدبية



او الدينية او .. لذلك أثرت ان تكون مكتبة منزلي صورة مصغرة عن مكاتب الإتحاد النسائي فمكتبة المنزل تحتل ركنا اساسيا من الإركان التي يقوم عليها المنزل المتين.

اما عن المبدعين في حقول الفن والأدب ودور الأدب في حياتهم تحدثنا الفنانة التشكيلية نهلة السعيد قائلة :-

في حال توفر الوقت الكافي المطالعة لا شك بأن اهم الموضوعات التي تثير اهتمامي كامرأة اعمل في الفن هي الكتب التي ترصد لحياة الفنانين وسيرهم الى جانب المجلات المتخصصة في رصد ابداع الفنانين إن ذلك يشكل جانبا معرفيا عندي احتاجه ولا شك وبالطبع في منزلنا مكتبة كبيرة جماعية كون جميع افراد اسرتي متعلمين مثقفين يحبون الإضطلاع والمعرفة ومكتبة المنزل شاملة تضم كتبا علمية وكتبا معرفية وعسكرية كون والدي ضابطا في الجيش وكتبا ادبية.

إذن ان تكون المرأة قارئة هذا امر هام يقارب ان تكون مبدعة اي كاتبة لإن تكوين الوعي يبدأ بالقراءة وفيما بعد قد يطرح هذا المخزون على هيئة ابداع من هذا القبيل جاء رأي لينا التي تعيش في جو ادبي وتخطو خطوات واثقة نحو كتابة النص الأدبي تقول :- ليس المهم ماذا تقرأ المرأة، بل لماذا ؟ هل القراءة مجرد هواية او مطالعة لتمضية الوقت ام ان المسألة تتعلق بتنمية المعارف وتشكيل الشخصية لقد قرأت فيما مضى كل ما كان يعرض علي في المدرسة عبرما تختار معلماتي اما في فترة النضج فكان لا بد من الإختيار من إختيار ما يتجانس مع تطلعاتي فقرأت كتب علم النفس والتاريخ والأدب العربي والعالمي وكانت تلك الكتب تأخذني نحو المستقبل الآن والى جانبا اكتسابي بعض المخزون المفيد من التاريخ والفلسفة والأدب اكتب بثقة نصا ادبيا وانا متمكنة من ادواتي لأنني قارئة من الدرجة الأولى واؤكد بأن القراءة تصنع الثقافة وتشكل الوعي وتطلق الأبداع.

الطالبات الجامعيات ركيزتنا في بناء مجتمع مثقف واع يعطي القراءة والثقافة حقها.. لتعطيه بالتالي حقه في ان يكون اهلا لمسؤليات عدة تلقى على عاتقه.

تقول لينا الصالحي ١٩ سنة كلية تجارة من اليرموك اقرأ بشكل دائم ويندر ان يمر يوم دون ان اقرأ شيئا يريحني فالقراءة متعة واعتقد انه في عصرنا الحالي المرأة على اختلاف درجة ثقافتها هي قارئة سواء تصفحت المجلات او تابعت الدوريات الإعلامية او اختارت كتبا بعينها حتى النساء الكبيرات في السن نراهن يقرأن في القرآن الكريم وفي كتب السيرة الشعبية وكتب الحكم والأمثال تتابع ارائها قائلة ارى ان قراءة المجلات على انواعها الفنية والإجتماعية والعلمية والسياسية إنما هي قنوات تفسح المجال لتخزين المعلومات وتشكل ثقافة عامة اما الثقافة الحقة فأنا اشك بأن تمنحها مجرد مجلة لماذا لإن المجلات رغم كل ما تقدمه من معلومات تبقى خفيفة سريعة لذلك انا اتأهل من الكتب.

الطالبة الجامعية منى عبد الرحيم في الأردنية سنة ثانية اداب :- احب القراءة لكن ليس بشكل دائم فالكتاب يشكل لي مللا في بعض الأحيان.. والقراءة ليست اولى اهتماماتي إنما من ضمنها .. اميل الى قراءة الكتب التي تتعلق بمساقات كليتي كقراءة كتب الشعر الجاهلي والأموي والعباسي والأندلسي والشعر الحديث، فهذه الكتب تخدم دراستي وتخصصي في الأدب العربي، حتى مكتبتي الصغيرة تشتمل على كتب في علم النحو والصرف والشعر والمسرح لكن ضيق الوقت لا يساعدني على قراءتها انما اقتنيها كي تبدو مكتبتي مليئة وجميلة وربما استطيع قراءتها كلها ذات اليوم.

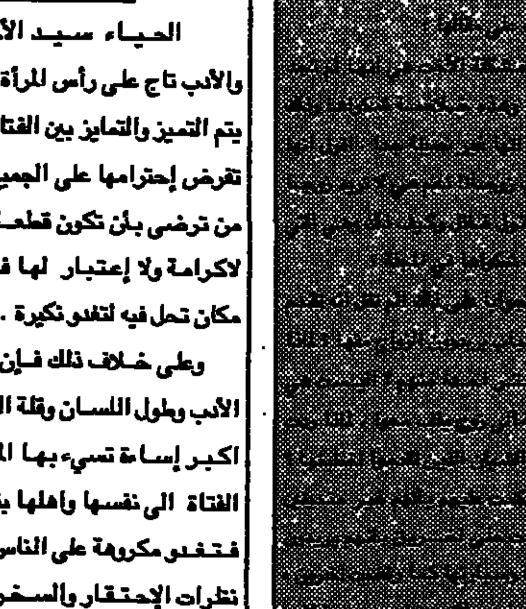
والآن ترى هل القراءة وقفا على المتعلمات والموظفات ام إن فئة ربات البيوت لهن نصيب من القراءة تقول السيدة نعيمة الحمصي ربة منزل :- إذا كنت معنية بتشكيل اسرة سليمة عقليا الى جانب سلامتها البدنية فالأفضل ان تكون ملمة نوعا بمعارف الحياة وشؤونها لإدراك السليم من الطيل وهذا يحتاج للقراءة والإضطلاع لذلك لا تقتصر الكتب التي اقرأها على كتب تعليم الطهو والأزياء والمكياج بل انا مغرمة بالكتب الدينية التي تروي حياة الأبطال والنساء التي لعبن ادوارا هامة في عصر الرسول صلى اله عليه وسلم، حتى عهدنا هذا وصحيح ان منزلي لا توجد به مكتبة لكن يمكن القول انه تتوفر لدي مكتبة صغيرة فيها كل ما احتاجه كغذاء ثقافي لي ولأبنائي.

سلوى عيسى ربة منزل :- اقرأ القصص والروايات بشكل دائم واتابع كل كتابات نجيب محفوظ فتوجهه ليوميات الناس ومعالجته لقضاياهم يجعلني مأسورة مسحورة بإسلوبه الرشيق في متابعة ادق التفاصيل بالإضافة الى انني اتابع كل ما يكتب في المجلات والجرائد عن الإصدارات والكتب الجديدة وذلك حتى اعرف نساء الحركة الأدبية والثقافية في البلد اما بالنسبة للمجلات الأسبوعية فإنني ارى فيها مفرا مهما لكسر الملل والروتين خصوصا تلك التي تتناول الموضوعات الإجتماعية والأسرية وأكثر ما يلفتني فيها الزوايا الوجدانية والعاطفية، احب قراءة الأحداث السياسية ولكن لكثرة



متابعتي لها صرت ارى انها تشبه بعضها دائما مما يجعلني لا استقر امامها خصوصا وان معظم النتائج تكون متوقعة وغير جديدة، فأنا اطل ما اقرأ واتوقع له النتائج التي غالبا ما تأتي متوافقة لتوقعاتي، ابتعد عن القراءات الشعرية لأنها لا تناسب ميولي.

كريمة مجدلاوي :- القراءات الشعرية تشدني كثيرا فأنا اقرأ شعر ابو تمام ونزار قباني وجميل بثينة وايليا ابو ماضي ومحمود درويش حيث كنت احلم بمتابعة دراسة الأدب قسم اللغة العربية ولكن ظروف الزواج ومسؤوليات البيت منعتني من تحقيق هذه الأمنية، علما ان ابني الوحيد يكاد يكون الوحيد الذي يشاركني في هواية المطالعة ومتابعة الأعمال الأدبية الجديدة بإستمرار دواية طويلة مثلا، اهتم كثيرا بحل شبكات الكلمات المتقاطعة حتى ان معظم صديقاتي يحتفظن لي بهذه الشبكات دائما.



اما سلوى حداد ربة منزل فتقول الحياة معقدة وتقلص الوقت لدي إلا انني اغتنم بعض الوقت القصير شيئا لإتابع الزوايا الإجتماعية كما اضطلع على بعض المجلات التي تهتم بالأمور النسوية كالمكياج والطبخ والديكور بالإضافة الى انني اقرأ الأمور الصحية وزوايا الطب والعلاج واهتم بها كثيرا لأنها تساعدني على تفادي الكثير من العقبات الصحية مع افراد اسرتي بالإضافة الى متابعتي للأخبار الفنية.

آراء

وهنا بعض الآراء المقتضبة السريعة التي لا تخلو من صراحة السيدات وفتيات التقتهم النجم العربي رفضو التقاط صور لهن، كما يرفضن فكرة القراءة في حياتهن اليومية.

تقول الأولى فتاة في المرحلة الثانوية اكتفي احيانا بقراءة المجلات المصورة من اجل الأبراج واخبار الفنانات اما الصحف فلا احبها لأن موادها جافة ومكررة وانا لا احتاج ان اقرأ الكتب فثقافتي معقولة واحمل شهادة التوجيهي.

اما س ايضا فتاة في الثانوية تقول :- اكتفي بمتابعة التلفزيون والمحطات الفضائية لأنها شيقة وحلوة وتعلمنا الكثير لكن المجلات اقرأها في عيادة الأطباء كي اعرف اخبار الفنانين وكي ارى صور عارضات الأزياء.

ومن الإجابات الطويلة ما قالته ام مازن إن قيامي بواجبي المنزلي من طهي وغسيل وكي وتنظيف وتربية اولادي كافي جدا لتشكيل ثقافي فالطبخ والغسيل من اهم الثقافات لربة الأسرة واؤكد لكم ان معظم المثقفات يجدن القراءة ولكن لا يجدن الأعمال المنزلية.

ولكن للأسف ظروف الحياة جعلت معظم قراءاتي تنحصر في مجال الدوريات والمجلات الأسبوعية النسائية، خصوصا وان كسلا قاتلا يسيطر علي ويجعلني لا احتمل متابعة احداث دواية طويلة مثلا اهتم كثيرا بحل شبكال الكلمات المتقاطعة

حتى ان معظم صديقاتي يحتفظن لي بهذه الشبكات دائما.

اما سلوى حداد ربة منزل فتقول الحياة معقدة وتقلص الوقت لدي إلا لنني اغتنم بعض الوقت القصير شيئا لإتابع الزوايا الإجتماعية كما اضطلع على بعض المجلات التي تهتم بالأمور النسوية كالمكياج والطبخ والديكور بالإضافة الى انني اقرأ الأمور الصحية وزوايا الطب والعلاج واهتم بها كثيرا لأنها تساعدني على تفادي الكثير من العقبات الصحية مع افراد اسرتي بالإضافة الى متابعتي للأخبار الفنية.

آراء

وهنا بعض الآراء المقتضبة السريعة التي لا تخلو من صراحة السيدات وفتيات التقتهم النجم العربي رفضو التقاط صور لهن، كما يرفضن فكرة القراءة في حياتهن اليومية.

تقول الأولى فتاة في المرحلة الثانوية اكتفي احيانا بقراءة المجلات المصورة من اجل الأبراج واخبار الفنانات اما الصحف فلا احبها لأن موادها جافة ومكررة وانا لا احتاج ان اقرأ الكتب فثقافتي معقولة واحمل شهادة التوجيهي.

اما س ايضا فتاة في الثانوية تقول :- اكتفي بمتابعة التلفزيون والمحطات الفضائية لأنها شيقة وحلوة وتعلمنا الكثير لكن المجلات اقرأها في عيادة الأطباء كي اعرف اخبار الفنانين وكي ارى صور عارضات الأزياء.

ومن الإجابات الطويلة ما قالته ام مازن إن قيامي بواجبي المنزلي من طهي وغسيل وكي وتنظيف وتربية اولادي كافي جدا لتشكيل ثقافي فالطبخ والغسيل من اهم الثقافات لربة الأسرة واؤكد لكم ان معظم المثقفات يجدن القراءة ولكن لا يجدن الأعمال المنزلية.

وضـع الأرامـل والمطلقـات فـي المجتمـع العربـي

في مجتمعنا هناك ظاهرة منتشرة بين افراده وهي ظاهرة الزواج من الفتيات البواكر سواء كن صغيرات السن في طور المراهقة او كن شابات قد اجتزن طور المراهقة، وعلى النقيض من هذه الظاهرة هناك ظاهرة أخرى قد انتشرت بين افراد المجتمع وهي ظاهرة نبذ الأرامل والمطلقات بصورة عامة والواتي لهن اطفال بصورة خاصة ولم يقتصر الأمر على النبذ فقط بل قد يصل الى المحاربة ايضا وخصوصا المطلقات الواتي يعيرهن الناس بأن فلانة مطلقة وكذلك لم تتوقف المحاربة على الأرامل والمطلقات بل تعدت الى الذين يقترنون بهن حيث يقول الناس ان فلان تزوج مطلقة او ارملة او ان فلان امه مطلقة بالنسبة لأبناء المطلقات. إن زواج الفتيات في سن الصبا او عند بداية البلوغ امر محمود وليس مذموم ولكن كثرة الطلب على الفتيات البواكر قد ادى الى حدوث ردة فعل عكسية بالنسبة للفتيات صغيرات السن وذلك بسبب زيادة الطلب عليهن ادى هذا الأمر الى رفع اسعار مهورهن وتكاليفهن الزوجية وبالتالي ادى الى عجز الشباب عن الإيفاء بمتطلبات الزواج بصورة كبيرة وبالتالي ظهرت نسبة كبيرة من الفتيات في سن الزواج ولكن بدون زواج بسبب تكاليف زواجهن العالية، وفي المقابل ظهرت هناك نسبة كبيرة من المطلقات والأرامل في سن الشباب ولكن بدون زواج، اي ان هناك نسبة من الفتيات والنساء في سن الشباب وصالحات للزواج كما ان هناك نسبة كبيرة من الشباب في سن البلوغ ويريدون الزواج ولكنهم عاجزون بسبب ان المجتمع يتجه لأعراف وتقاليد جعلها قوانين على افراده بالرغم من كونها خاطئة هذه الظاهرة وهي ظاهرة نبذ الأرامل والمطلقات ادت فيما بعد الى ظهور الرذيلة والفساد في المجتمع بشكل يتزايد كلما تزايدت نسبة النساء في المجتمع وقلت نسبة الزواج هذه الظاهرة يجب ان تعالج بصورة جذرية وجدية وقدوتنا في هذا العلاج رسولنا محمد صلى الله عليه وسلم الذي كانت كل ازواجه ارامل ومطلقات بإستثناء عائشة رضي الله عنها التي كانت فتاة بكر.

هنا يعطينا نبينا محمد صلى الله عليه وسلم درسا اجتماعيا مهما في كيفية التعامل مع هذه الفئة في المجتمع واعطائها الأولوية في تكوين الأسر وممارسة دورهن في المجتمع كزوجات وامهات ومربيات لأجيال لاحقة وكذلك قد اعطى الرسول صلى الله عليه وسلم هذه الفئة من المجتمع كافة حقوقهن الإجتماعية وكذلك الجسدية والنفسية.

هذه المبادرة الإجتماعية التي بدأها رسول الله قد كانت علاجا فعالا للفساد والرذيلة بصورة جذرية فإن المرأة المطلقة او الأرملة والتي لها اطفال فإنها لا تجرؤ على ممارسة الرذيلة والفساد لإشباع رغباتها الجنسية والعاطفية بل ستجد امامها الزواج متاحا لكي تكتفي عاطفيا وجسديا.

وبهذا الشكل فإن المرأة تنال حقوقها الزوجية في المجتمع بصورة شرعية وفي ضوء النهار امام الناس، كما انها توفر التربية الصالحة لأولادها في ظل رجل شرعي يكون لأولادها بمثابة الأب الحنون والمعيل لهم والكفيل لإحتياجاتهم، وذلك بدل من ان تتخذ الأم عشيقا لها وتذهب اليه كالمتلصصة وفي ظلمة الليل وقد يتلقى الأطفال جنوح امهم الى الرذيلة فتنغرس في نفوسهم فينشأ الأطفال على تقبل الرذيلة وعدم إنكارها، وعندما يكبروا فستكون عندهم ممارسة الرذيلة امر طبيعي ولا حرج فيه بينما الأطفال الذين تتخذ امهم زوجا آخر غير ابيهم سواء اكان ابيهم مطلقا او متوفيا فستنغرس لديهم حب الفضيلة بل وممارستها دون خجل او خوف من الناس وفي ضوء النهار، بل وستتولد لديهم الرغبة في الإقتران من الأرامل والمطلقات لضمانة اسرها كما فعلت امهم عندما ارادت ان تصون اسرتها وذلك كنوع من رد الجميل الى ظاهرة الإرتباط بالأرامل والمطلقات إن نتائج هذه الحالة تكون إيجابية في حالة ان المرأة المطلقة او الأرملة قد احسنت اختيار الزوج لها ولبيتها ولأطفالها اما في حالة سوء اختيارها فإن النتائج قد تتراوح بين السلبي في اغلب الأحيان والإيجابي في بعض الأحيان وإن نتطرق هنا الى سوء اختيار الزوج او الأب الى الأطفال بل سنتطرق اليه في وقت آخر.

وبالمقابل ستأخذ المجتمع الأوروبي ونقارنه بالمجتمع العربي فإن المجتمع الأوروبي الإباحي وبسبب إنتشار الفساد والرذيلة فيه قد ادت هذه الظاهرة الى ظهور حالة اخرى وهي قلة الحياء والخجل والتي اثرت بطريقة ايجابية وغير مباشرة على ظاهرة الأرامل والمطلقات حيث ان عدم الحياء من ممارسة الرذيلة قد ادى بدوره الى عدم الحياء من الزواج من المطلقات والأرامل، وعندما نتذكر الأصول الجذرية الى هذه الحالة الإيجابية في المجتمع الأوروبي فإن هذا لا يعني إننا نشجع على الإباحية لأننا مجتمع متدين بالإسلام الحنيف بفضل الله ومجتمعنا يأمر بالمعروف وينهى عن المنكر او المفروض ان يكون هكذا، ولكننا اردنا ان نبين جذور هذه الظاهرة الإيجابية كما اردنا ان نشير الى ان جذورها لا تعود الى الفضيلة والشرف ولكن جاءت كأحد النتائج الثانوية الإباحية ودليل ذلك إن ظاهرة الإقتران بالمطلقات والأرامل لم تمنع الإباحية بل إنها في كثير من المجتمعات تمارس الى جانب الإباحية بل ان الزواج بصورة عامة يسير جنبا الى جنب مع الفساد والرذيلة وفي كثير من الأحيان يكون الزواج مجرد صورة شكلية وليس واقع عملي عكس الإباحية التي تكون واقع عملي وليس صورة شكلية.

بينما هذه الظاهرة في المجتمع العربي بصورة خاصة والمجتمعات الإسلامية بصورة عامة فإنها قد شرعت اصلا لمكافحة الفساد والرذيلة وجذورها في الأصل تعود الى شرعية سماوية ودينية لذلك تجد ان رسول الله صلى الله عليه وسلم قد حث كثيرا على الإقتران بالمطلقات والأرامل كما ان رب العالمين سبحانه وتعالى قد شجع على هذه الأمور في شريعتنا الإسلامية وضاعف الجزاء والثواب الى الذين تزوجوا ارامل ومطلقات وكفلوا الأولاد والأيتام.

وفي نهاية المطاف نقول ان الحياء شيء ضروري للأمم والشعوب ولا تشجع على فقدان الحياء لأنه كما قال رسول الله صلى الله عليه وسلم "إذا لم تستحي فاصنع ما شئت" ولكن نحب ان ننبه ايضا ان الحياء والخجل في غير موضعه يعتبر ضعفا وإستسلاما وهذا لا يعتبر خلقا فضيلا بل يعتبر خلقا ذميما ونقصا كبيرا من الشجاعة والجرأة ومواجهة الصعاب والشدائد وهذه الحالة تؤدي الى حصول خللا كبيرا في نفسية افراد المجتمع يجب البحث عنه وإيجاد العلاج الفعـــــال له.

اسباب تباين الأعمار بين الأزواج

في دراسة اجريت في إحدى الجامعات السعودية بحثت في اسباب الفارق العمري بين الزوجين، وقد بينت هذه الدراسة ان هناك عدة عوامل تتحكم في الفارق العمري بين الزوجين، ومن هذه العوامل طبيعة بناء الأسرة فالمجتمع الذي يكون اساس بناء الأسرة فيه متوقف على الأب فقط لأن الزوج يكون اكبر من الزوجة بسنين قد تكون كثيرة، في حين المجتمع الذي يكون بناء الأسرة فيه يعتمد على كل من الزوج والزوجة فإن الفارق العمري بين الزوجين يكون قليلا واقرب الى التلاشي مثال ذلك المجتمعات العربية والأوروبية فالغالب على المجتمعات العربية هي سيطرة الأب على الأسرة واعتماد الأسرة اعتمادا كليا على الأب في إدارة امورها الخارجية والداخلية اما في المجتمعات الأوروبية فإن الأب والأم يتقاسمان ادارة الأسرة وتسيير شؤونها الخارجية والداخلية، لذلك نرى الزوج يفوق الزوجة في العمر في المجتمعات العربية بينما تتقارب اعمار الزوجان في المجتمعات الأوروبية.

ومن هذه العوامل ايضا العامل الإجتماعي فالملاحظ ان المجتمعات الحديثة والمتقدمة يقل الفارق العمري بين الزوجين في اسرها بينما المجتمعات المتأخرة يزداد الفارق العمري بين الزوجين وغالبا ما يكون في صالح الزوج، كذلك هناك العامل الثقافي فالمجتمعات التي تكون اسرها ذات مستوى ثقافي مرتفع فإن الفارق العمري بين الزوجين يقل الى حد كبير وقد يتلاشى في بعض الأحيان والسبب في ذلك هو ان استمرار الزوجة في التعلم الى مرحلة متأخرة من العمر يجعلها في نهاية الأمر تتزوج من شخص مقارب لها في العمر عكس المجتمعات ذات المستوى الثقافي المتدني حيث ان جلوس الفتاة في البيت طوال الوقت يضطرها الى الزواج من شخص يفوقها سنا.

كذلك هناك العامل الإقتصادي في المجتمع فالمجتمعات التي تكون فيها الزوجة او المرأة جليسة في البيت طوال الوقت فإنها تضطر في اغلب الأحيان الى الزواج من شخص يفوقها سنا بسبب ان لديه القدرة على فتح بيت والتكفل بكافة متطلبات الحياة الزوجية بينما يكون الشاب المقارب لعمر الفتاة عاجزا عن فتح بيت والتكفل به من الناحية الإقتصادية، اما في المجتمعات التي تكون فيها المرأة عاملة ومستقلة من الناحية الإقتصادية عن الرجل فإن المرأة غالبا ما تختار شخصا مقاربا لها في العمر بسبب انها غير محتاجة الى اللجوء الى رجل يفوقها في العمر لكي ينفق عليها، وهناك عامل إجتماعي آخر هو الطلاق فالمجتمعات التي يكثر فيها الطلاق فإن الفارق العمري بين الزوجين يزداد ايضا والسبب في ذلك ان المطلقين غالبا ما يلجأون الى الزواج من فتيات يصغرونهم سنا وكذلك المطلقات فغالبا ما يلجأن الى الزواج من رجال اكبر منهن سنا..

وكذلك ذكرت الدراسة اسبابا اخرى لحصول التباين العمري بين الأزواج كما ان هناك دراسات اخرى قد تناولت عوامل اخرى تؤثر في التباين العمري بين الزوجين، وتناولت هذه الدراسات اثار التباين العمري بين الزوجين على نواحي مختلفة من المجتمع مثل درجة الخصوبة في المجتمع وطول حياة الأسرة وعدد الأولاد ورغبة الأفراد في الحياة الزوجية ومدى كرههم لها ودرجة الإستقرار العائلي وكبر العائلة والحالة النفسية الزوجين والأولاد وغيرها من النواحي المختلفة.

رداً على فتاة غير [illegible] جداً

[illegible]

الفتيـات و الأخـلاق

الحياء سيد الأخلاق والأدب تاج على رأس المرأة بهما يتم التميز والتمايز بين الفتاة التي تفرض إحترامها على الجميع وبين من ترضى بأن تكون قطعة أثاث لاكرامة ولا إعتبار لها في كل مكان تحل فيه لتغدو نكيرة.

وعلى خلاف ذلك فإن سوء الأدب وطول اللسان وقلة الحياء اكبر إساءة تسيء بها المرأة او الفتاة الى نفسها واهلها بنفسها فتغدو مكروهة على الناس تلقي نظرات الإحتقار والسخرية من الجميع فتفقد كرامتها التي كرمها الحق بها وتهوي الى اسفل السافلين.. وما مشكلة تأخر الشباب بالزواج او كثرة الطلاق إلا بسبب إمرأة او فتاة حرباء تتميز بتلك الأمور التي تحط من قدرها كامرأة.. ولو وقفت موقف المتسائل عن الفرق بينها وبين غانية لما رأيت فارقا جذريا بينهما لأن الغواني يتميزن بطول اللسان وسوء الألفاظ التي يربأ بنفسه عن سماعها كل إنسان محترم يحترم آدميته ويحتقر قلة الحياء وسوء الأدب. والملاحظ هذه الأيام ان بعضا من الفتيات اللاتي يسئن الى اللباس الشرعي ويلبسنه على ان موضة ان افعالهن مصدر الفضائح الأولى لهن فالواحدة مهما تصنعت العفة والفضيلة لو اخرجها عن طوعها أحد من الرجال لرفعت يديها بحركات او حركت لسانها بكلمات سرعان ما تكشف عن انها متسترة بقطعة اللباس ولن تستر ما فيها.. او تجد موظفة مكتب او علاقات عامة من هذه النوعيات او غيرها تتعامل مع المراجعين وظهورها مستهزئ بالكبار بصورة مزرية سواء بإنتقاء الكلمات البذيئة او الرد بصورة إستفزازية وعلى طريقة الرداحات فإن تصرفات السوء تنبع من الأمراض النابعة من العلاقات المشبوهة فتكون مصدر الأذى، هذه الأمور لا شك انها تسيء الى الفتاة الأردنية التي اربأ بها من ان تكون مثل هذه النوعيات فالذي اعلمه ويعلمه الجميع ان الفتاة الأردنية بخاصة والعربية عامة ذات اخلاق وادب واحترام تتميز بطيب المعاملة وخدمة الأمة والوطن بصورة كبيرة وعليه فإن النكران من ذوي العروق المدسوسة والتي تشبه الغول في التهام الأخلاق إنما يمثلن انفسهن ولا اظن ان فتاتنا تدخر وسعا في العمل على محاربتهن والصاق الصور السيئة لهن فقط إنهما سلوكان فإما الأخلاق والأدب معهما الحرية في ان ترقى الفتاة الى اعلى مراتب الكرامة وإما ان تنزل ان تنزل الى اسفل السافلين بعيدا عن الأدب، فأيهما تختارين ؟

يهنئون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى



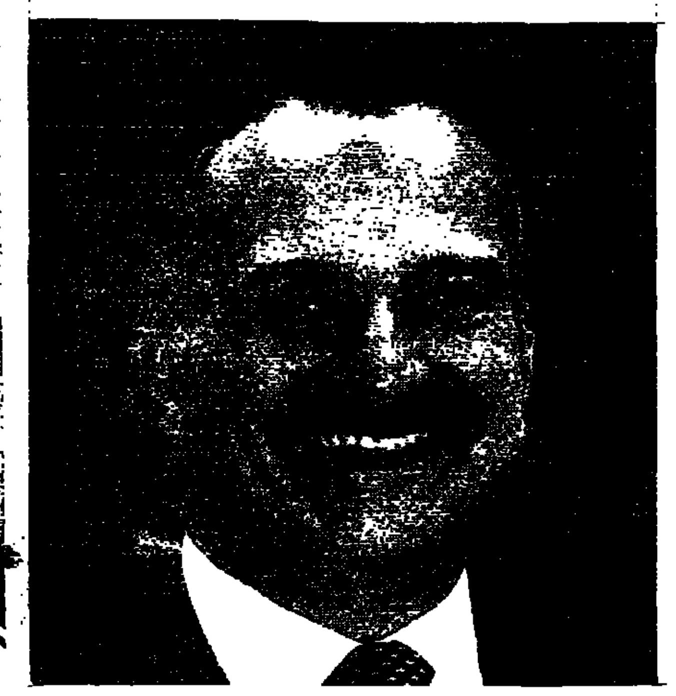
شركة السلايمة لصناعة البردات

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

شركة محمود خميس واولاده

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

هاتف ٧٣٢٨٨٧



مشغل سيف الدين لتجهيز الموتورات

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

كهرباء مخلوف للسيارات

بادارة عمر مخلوف

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

القويسمة خلف كازية جردانة هاتف ٧٧٢٩٧٤

مشغل عثمان صالح للتريكو

لصاحبه عثمان صالح واولاده

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

تلفاكس ٧٣٢٧٩٦

وكالة بالي التجارية

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

هاتف ٦٢٥٤٦٣

مصنع الهلال والنجمة الذهبية

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

محل محمد رزق محمد الجماصي

حلويات الكمال

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

شارع طلال – ت ٦٢٥٩٦٩

مشغل ليلك للخياطة وزاوية الاطفال

يتقدمون بأسمى آيات التهنئة والتبريك من مقام صاحب الجلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

شركة عمر قاسم حيمور

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

بيادر وادي السير – ت ٨١٥٨٧٢

الدولية للخدمات العامة

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

هاتف ٩٠٤٣٣٣

معرض البغدادي للاقمشة

صالح البغدادي

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

شارع الملك طلال – مقابل سوق العميدية
هاتف ٦٢٢٨٤١

كهرباء محمد دعمس

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

دوار الشرق الاوسط – ش مادبا – بجانب بنك الاردن [?]
هاتف ٧٥٨٦٩١ – ص.ب ٤٢٦١١١ [?]

شركة السويطي للتعهدات العامة

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

جبل الحسين – دوار الداخلية – عمارة رام الله سنتر
هاتف ٦٨٤٦٠٩

ورشة التوفيق

لصاحبها : فتحي وعيد

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

كراج النصر

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

الرقيم – خلف شركة مرسيدس هاتف ٧٣١٢٧٣

مشغل الاندلس لصياغة الذهب

والمركز العربي لتعليم الحرف اليدوية والمهنية

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

الاشرفية – حي الارمن – ت ٧٥٤٩٦٥

ملحمة وكفيتريا عالية

بكالة مروعة [?]

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

معرض الفجر

للالبسة والاحذية الاوروبية

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

جبل عمان – شارع البحتري – هاتف ٦٥٩٤٠٧

ابو العبد بوتيك

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

صويلح – ش الاميرة هيا – ت ٨٣٦٠٩٧

متجرة محمد سليم موسى

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

الوحدات – دوار الشرق الاوسط – خلف بركة طنوس – ت ٧٨٠٨١٩

مطابع الايمان

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

القويسمة – الشارع الرئيسي – ت ٧٨٨٠٩٠ – ف ٧٨٨٠٨٠

مؤسسة معن التجارية

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

جبل النزهة – قرب جسر الاستقلال – ت ٦٧٦٢٢١

سوق البرقاوي المركزي

المدير العام : طارق شريف برقاوي

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

المدينة الرياضية – عمارة فندق الارز – ت ٦٠٢٤١٨

معمل محمد محمود ابو سويلم

يتقدمون بأسمى آيات التهنئة والتبريك من مقام صاحب الجلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

هاتف ٨٤٦٩٩٥

احمد العمري

يهنؤون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى

الزرقاء – المنطقة الحرة ت ٩٩٦٣٦٤

يهنئون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى



كراج ابو علي الجديد وشركة موسى عوض

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

دوار الشرق الاوسط – ش اليرموك – ت ٧٨٥١٥١

شركة خليل الديسي وشركاه

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

صويلح – المنطقة الصناعية – بجانب الاجهزة الرقم – ت ٨٣٢٢١٨

المؤسسة الوطنية للخراطة وتشكيل المعادن

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

هاتف ٧٤٨٥٩٢ – ص.ب ٣٠٢ [illegible]

الشركة العربية للصناعات الاسمنتية

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

ت ٨٣٤٠٢٥ – ف ٨٤٤٥٦٩

مؤسسة احمد النرهلي للمفروشات

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

الشركة الوطنية لتكنولوجيا الفنادق

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

مقابل [illegible] – ت ٦٩٦٧٤١

معرض القدس للادوات المنزلية

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

وكالة بسمان للتجارة والكمسيون

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

هاتف ٦٣٦٤٩٨

مصنع النصر للبلاستيك

شركة موزي ابو لبنة واولاده

يتقدمون بأسمى آيات التهنئة والتبريك
من مقام صاحب الجلالة الملك
الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

مؤسسة الحاج حمود واولاد

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

الزرقاء المنطقة الحرة هاتف – ٩١٦٤٦٦ – ٩٨٧٤٦٦

كهرباء فكتور عطا الله

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

الصويفية – خلف [illegible] – ت ٨١٢٥١٥

محطة مسلم لخدمة السيارات

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

البيادر – بجانب عطا علي – هاتف ٨١٧٧٩٩

شركة المنسوجات الوطنية

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

ابو علندا – ش الحزام – ت ٧٣٢٧٩٨

مؤسسة محمود جرار العقارية

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

مطبعة الكوثر

لصاحبها محمد خليل نعواش

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

المشيرفة – سوق خاطر التجاري – ت ٨٨٢١٠٠

شركة الاردن (للكمسيون)

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

حسام طنوس وغالب احمد طنوس

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

مؤسسة طيبه للاستثمارات العقارية

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

معمل النجاح للرخام الطبيعي والبلاط

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

هاتف ٨٩٢١٥٩

مؤسسة النبالي للمقاولات

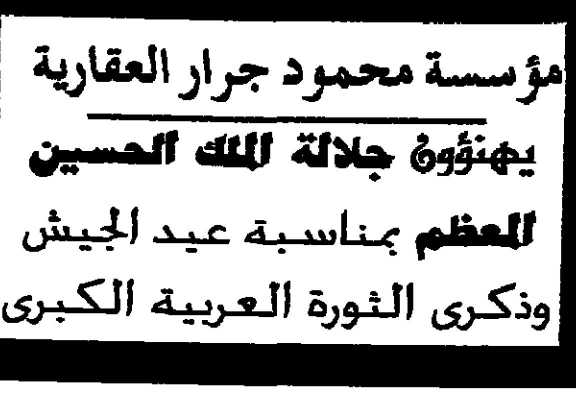
المدير العام عمر النبالي

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

كراج بلال الناطور

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

البيادر – المنطقة الصناعية – ت ٨٦٢٦٩٨



مصنع التوفيق للبلاستيك

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

هاتف – ٧٩١٣٦٤

شركة الانتصار للصناعات الكهربائية البلاستيكية

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

مؤسسة ليون

Plaisir Varjin

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

تلفاكس – ٦٥٨٤٩٥

الشركة الاردنية لعبوات الالمنيوم

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

تلفاكس ٧٢٢٩١٢

ازهار الهنا

لصاحبها عامر الكسيح

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

دوار [illegible] – ت ٨٨٧١٩

مصنع جان مجاريان لصياغة الذهب

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

الصدار – خلف وليد جرار – ت ٧٧٠٥٥٧

الكلسترول "الطيب" .. والكلوسترول "الشرير"

عـــدو القلــب الخطيــر

تعيش في سينساتي بالولايات المتحدة نحو خمسين عائلة يتمتع افرادها عامة بأعمار طويلة بل يبدو ان شرايينهم حتى في هذا العالم العلمي "البراغماتي" وكأنها تحمل اكسيرا خاصا غير عادي . افراد هذه العائلات كما يقول الدكتور الباحث رئيس سيرشر في جامعة سينساتي يعيشون في فترات طويلة تصل الى الثمانينات والتسعينات دون إصابات تذكر بالأزمات القلبية وقد اكتشف الأطباء ان هؤلاء الناس يحملون في دمائهم عاملا يبدو انه سبب حمايتهم من امراض القلب التي تصيب الكثيرين في العالم الغربي حيث تسببت بحبوحة العيش في جعل الأغذية الدسمة وقلة الحركة اسلوب حياة عاما .

تقول روز سوليتي رئيسة الممرضات في مستشفى سنساتي وهي واحدة من افراد إحدى العائلات "انني اكل كل شيء .. ولا اقلق من ناحية تأثيره على قلبي او تكوينه لترسبات تسد شراييني" . وتشير والدة روز البالغة من العمر ٨٦ عاما ان افراد أخرين من عائلتها عاشوا حياة صحية حتى بلغوا التسعينات وهي تملك نفس التركيبة الكيمائية للدم وكذلك اطفال روز الخمسة وشقيقتها . ما هو العامل المشترك بين هؤلاء الناس ؟ انهم متحدون في اسلوب معالجة اجسامهم لمادة شمعية لا رائحة لها موجودة في جميع البشر وهي الكلوسترول .

** هدف الهجوم الطبي **

الكلوسترول ؟ الهدف للهجوم الذي يشنه الأطباء ضد الإفراط في الاكل وقلة التمرينات الرياضية ؟ والسبب الأول لأمراض القلب الذي تسبب في ١.٥ مليون ازمة قلبية و ٥٥٠ الف حالة وفاة في الولايات المتحدة في العام الماضي ؟ كيف يمكن ذلك ؟ اليس الكلوسترول هو العدو ؟ نعم ولكن قد ثبت ايضا ان الكلوسترول يمكن ان يكون اما عدوا او صديقا ويعتمد ذلك على طريقة إنتقاله في الجسم الصورة المقيتة للكلوسترول نشأت من ان كمية كبيرة منه تجرف عبر الدورة الدموية بواسطة جزيئات حاملة تسمى "ليبوبروتينات قليلة الكثافة" وتوصف بالكلوسترول "الشرير" لأن الكلوسترول المحمول بواسطتها يمكن ان يؤدي الى تراكم ترسبات ضارة في الأوردة ... حاملة الكلوسترول الاخر هو جزيئات الليبوبروتينات العالية الكثافة وتسمى الكلوسترول "الطيب" لأنها ليست خطرة بل انها قد تؤدي دورا حيويا كسبب مانع لأمراض القلب وهي اشبه بالمكنسة الكهربائية الطبيعية التي تمتص الكلوسترول الفائض في الدورة الدموية ويعتقد انه بسبب وجود نسبة عالية من هذه الجزيئات "الطيبة" في اجسام الخمسين عائلة سينساتي فإن التركيب الكيميائي لدمائهم يتسم بقوة المقاومة .

يبدي الأمريكيون اهتماما كبيرا بالكلوسترول . فخلال حملته الإنتخابية اصدر اطباء جورج بوش نشرة تتضمن التاريخ الطبي للمرشح بما في ذلك نسبة الكلوسترول والليبوبرتين المرتفع الكثافة وكلاهما ضمن الحدود السليمة وكان الكتابان "علاج الكلوسترول خلال ثمانية اسابيع" و"التحكم في الكلوسترول" من اكثر الكتب مبيعا هذا العام وتمتلىء ارفف مخازن البقالة بالمنتجات التي تحمل عبارة "خال من الكلوسترول" وارتفعت مبيعات نخالة الشوفان التي تخفض نسبة الكلوسترول الى درجة ان بعض المصانع تعمل على دار الساعة لتفي بحاجة السوق في الحقيقة ان كل هذه الأوردة تهدف الى خفض نسبة الكلوسترول وتهدف ضمنيا الى زيادة نسبة الليبوبروتينات المرتفعة الكثافة او الكلوسترول "الطيب" وخفض الليبوبروتينات القليلة الكثافة او الكلوسترول "الشرير" .

* الطيب و الشرير *

إن التصنيف "الطيب" و"الشرير" يمكن ان يكون مضللا فالكلسترول النقي مادة ضرورية في حياة الإنسان وتلعب دورا اساسيا في بناء اغشية الخلايا والهرمونات الجنسية بالإضافة الى المساعدة في عملية الهضم تبدأ المشكلات عندما يبتلى الجسم بزيادة في نسبة الليبوروتينات المنخفضة الكثافة التي تحمل في العادة من ٦٠ الى ٨٠ في المائة ن مجموع الكلوسترول في الدم وهذه الزيادة يمكن ان تؤدي الى البدء في



وعاء دموي مريض الترسبات تضيق

زيادة الدهنيات تسبب الترسبات وتصلب الشرايين فالذبحة القلبية

تشكيل الترسبات على الجدران الداخلية للشرايين القلبية وهي الحالة التي تسمى تصلب الشرايين ومع مرور الزمن تتصلب الترسبات وتنمو بحيث يضيق الشريان مما يتيح الفرصة لتكون الجلطة وإعاقة تدفق الدم وتكون النتيجة ازمة قلبية .

وتفيد الدراسات ان دور الكلوسترول في هذه العملية القاتلة اكثر تعقيدا مما كان يتصور من قبل ويعتقد بعض العلماء الآن ان وجود نسبة قليلة من الليبوبروتين المرتفع الكثافة عامل يتمتع بنفس اهمية وجود نسبة مرتفعة من الليبوبروتين المنخفض الكثافة وقد دعمت هذا الرأي اربع دراسات جديدة قدمت في الإجتماع السنوي لإتحاد القلب الأميركي في الشهر الماضي حيث اكدت ابحاثا سابقة اشارت الى ان إنخفاض نسبة الليبوبروتين المرتفع الكثافة يمكن ان يكون سببا في مرض قلبي حتى لدى الأشخاص الذين يفترض ان نسبة الكلوسترول لديهم في المنطقة المأمونة اي اقل من ٢٠٠ مليغرام لكل ديسيلتر من الدم .

يأتي الكلوسترول الى الدم من مصدرين فهو اما من الإنتاج الطبيعي لخلايا الجسم او من الطعام الذي يحتوي دهون او كلوسترول نقي مثل الزبد والأجبان والبيض والكبد والدهن الحيواني . في العالم الثالث حيث تستهلك كميات قليلة نسبيا من الدهون المشبعة والكلوسترول يبدو ان معظم الناس لا يعانون من امراض القلب بسبب إنخفاض نسبة الليبوبروتين المنخفض الكثافة والمشكلة النظام الغذائي الثري العالم الغربي هي انه يضع الجسم في حالة لا يستطيع معها إمتصاص وإستخدام الليبوبروتين المنخفض الكثافة بالسرعة الكافية بل يتراكم في الدم .

وتفيد الأنباء الطبية ان معظم الناس يملكون الى درجة كبيرة التحكم في صحة اوعيتهم الدموية وقلوبهم وقد كان إتحاد القلب الأميركي يحث الناس طوال العقدين الماضيين على الإقلاع عن التدخين والتحكم في إرتفاع الضغط وخفض نسبة الكلوسترول لحماية قلوبهم وقد استجاب الكثيرون للوصيتين الأوليين واليوم يزداد عدد الذين يصغون الباحثين مثل البرفيسور بيتركوبتروفيتش من مستشفى جونز هوبكنز وهو يعلن قائلا "لدينا الآن الدليل على انه اذا خفض المرء من نسبة الكلوسترول فإنه سيسبب منع حدوث امراض في القلب" هذه رسالة يحتاج الأميركيون الى الإهتمام بها وقد حذر كبير الأطباء الأميركيين سي ايفرت كوب الأميركيين من انهم ما زالوا يستهلكون كميات كبيرة من الدهون المشبعة وان نسبة الكلوسترول مرتفعة جدا ومن المشكلات الرئيسية ان ٧٩ بالمائة من الأميركيين طبقا لإحصائية لويس هاريس التي نشرت في وقت سابق من هذا العام لا يعرفون كم ينبغي ان تكون نسبة الكلوسترول في دمائهم .

ولمواجهة هذا الأمر يدير المعهد القومي للقلب والرئة والدم برنامجا تعليميا للكلوسترول منذ ثلاث سنوات وحدد ٢٠٠ ميللغرام لكل ديسيلتر كحد اعلى للنسبة المأمونة "ليبوبروتين المرتفع الكثافة والمنخفض الكثافة ايضا" اما الذين تتراوح كمية الكلوسترول لديهم بين ٢٠٠ و ٢٣٩ فهو يدل على انهم يطورون مرضا في القلب اما اذا زادت هذه الكمية من ٢٣٩ فأصحابها يواجهون خطرا كبيرا واقترح البرنامج ان يهدف كل انسان الى ان يجعل عدد جزيئات الليبوبروتين المنخفض الكثافة مائة وثلاثين وحدة او اقل ولكنه لم يوص بعدد معين لليبوبروتين المرتفع الكثافة ولكن الكمية الطبيعية لهذا الكلوسترول "الطيب" لدى الرجال تتراوح بين ٤٥ و ٥٠ وللنساء بين ٥٠ و ٦٠ وحدة ويعتقد ان ازدياد هذه الكمية في سن السبعينات والثمانينات اكثر وقاية ضد امراض القلب .

الليبو بروتين المرتفع الكثافة HDL

الليبو بروتين المنخفض الكثافة LDL



*** النـــوم ***

النوم . توجد اشارات كثيرة ومنها اشارات للنهوض وهنا علينا اختيار اللحظة المناسبة لكي نبدأ بها نهارنا فنعيش في افضل تناغم مع "ساعتنا الداخلية" وثمة عنصر دائم اخر للتعب يتمثل في الغذاء الا نشعر في نهاية النهار احيانا منهكين وغير قادرين على القيام بأي جهد ؟ في هذه الحال ربما نكون قد نسينا تناول ترويقة كاملة وبالتالي قد استنفذنا مصادر الطاقة ومن الضروري صباحا وقبل الذهاب الى العمل تناول وجبة حقيقية مع عصير فواكه يحتوي على الفيتامين C وحليب بالنسبة الى الكالسيوم والخبز لتأمين كمية السكر البطيء .

تدفع معدتنا الى القيام بالأشغال الشاقة وفي حين يبذل جهازنا الهضمي جهدا كبيرا تكون وطاقتنا الأخرى "ساهرة" وهكذا يستولي علينا النوم المزعج .

وللأسباب نفسها يجب عدم الأفراط في تناول الطعام مساء خوفا من السقوط تحت تأثير النوم المضطرب وغير التصحيحي او الترميمي . وهناك بعض الأغذية في الواقع تعتبر ادوية مضادة للتعب كالفواكه (تفاح . ليمون . غريفون الغنية بالفيتامين C لكن بعد الساعة الخامسة عشرة يجب تجنب الإفراط في تناول الفواكه وكذلك القهوة والشاي . لأن

بغزارة في العدس وقصبة الدجاج والبقدونس والسبانخ والفيتامين B9 او الحمض الفوليك من شأنه ان يهدىء جهازنا العصبي تماما كالمانيزيوم ونجد هذا الحمض في الفس والهندباء بصورة رئيسية ويزخر الخبز الكامل والثمار المجففة بالمانيزيوم . ويمكننا ان نجد في الصيدليات مركزات من العناصر المكونة الأساسية ومن الفيتامينات لا بد من ان تكون مفيدة .

ومن شأن هذه الوجبات "المضادة للتعب" ان توفر لنا احيانا الثبات والقوة وفي حال استمرار التعب بشكل متواصل فإن معنى ذلك انه ناجم عن نقص ما ومن خلال فحص طبي مترافق مع تحليل عينة من الدم يمكننا معرفة العناصر المسببة للتعب حيث الغذاء في نهاية المطاف لإستعادة الحيوية والنشاط الكاملين

*** النهــار يهيء الليــل ***

في فترة الغداء يجب تجنب تناول السندويشات لئلا نخضع لهبوط في الطاقة والقوة في نهاية فترة بعد الظهر كما يجب تجنب المآكل الدسمة جدا لئلا الفيتامين C يمنع النوم . واذا كان الحديد مضادا قويا لفقر الدم فإننا نجده

مـــن .... هنـــا .... وهنـــاك

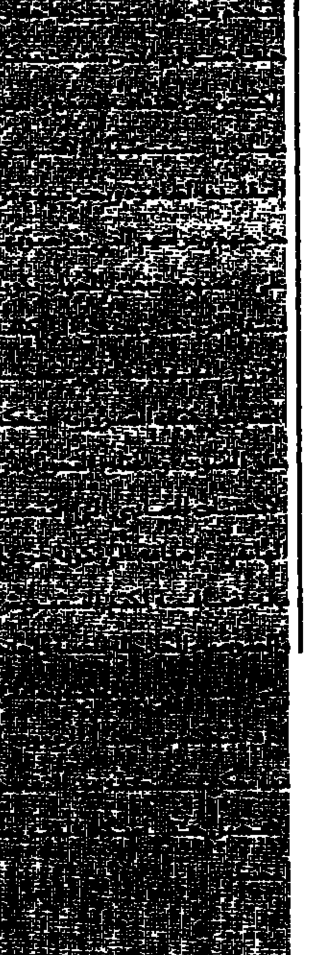
علاج الحمل في علاج مرض السكر

[illegible]

الليمون و مشاكل البشرة

لم تعد مشاكل البشرة التي تسبب كثيرا من الآلام والحرج للشباب خاصة صعبة الحل بعد ان توصلت مجموعة من الأبحاث الطبية الى ان عصير الليمون هو اسرع وسيلة للتخلص من هذه المشاكل . وعصير الليمون له خواص تغذي البشرة وتخلصها من البقع ويمكن عمل طبقة معجونية منه او كمادات مشبعة بهذا العصير ووضعها على الوجه لفترات منتظمة للقضاء على البقع وزيادة ليونة الجلد كما يمكن خلط عصير الليمون بالجلسرين بنسب متعادلة وهذا المستحضر يزيل خشونة البشرة كما يلعب الليمون دورا هاما في تجميل الأيدي إذ يحافظ على نعومة الجلد بمجرد دهن اليدين مرة واحدة يوميا بسائل مركب من عصير الليمون والجلسرين وماء الكلونيا بنسب متساوية كما يصلح هذا السائل للتخفيف من حدة تورم مفاصل اليدين التي تنجم عن البرد والتخلص من تشقق الأظافر تطلي بعصير الليمون صباحا ومساء .

ولا تقتصر فوائد الليمون على ذلك فقط بل تمتد الى الأسنان ايضا حيث انها تزيد من جمال الأسنان وبريقها بطلائها بالعصير مرة كل اسبوع على الأقل والحفاظ على ليونة الشعر ولمعانه يكفي تخفيف الناتج من عصير ليمونة واحدة بكمية من الماء وشطف الشعر بها . كما يمكن إستخدام عصير الليمون كمسكن للآلام بإستخدامه في عمل كمادات بعد إضافة ملح الطعام اليه ولكل هذه الفوائد ينصح الأطباء بإستخدام الليمون على مائدة الطعام بصفة دائمة .



سكر يـــا سكر

في الأردن ظاهرة غريبة وربما ماركة مسجلة اسمها السكري معظم الذين نلتقي بهم امد الله بأعمارهم . حين تسألهم عن الصحة يأتيك الجواب بتثاقل الصحة جيدة ولكن الي ذابحنا السكري وحين تسأل بعضهم من اي جهة اتيت يقول لك العيادات المختلفة لمراجعة طبيب السكر او ذهبت الى ماهر في اعطاء الابر لتناول ابرة السكر . تلك هي الاجابات التي نسمعها من الشباب او الكهول المرضى ضيوف عيادات السكر شفاهم الله وأبعدنا الله وإياكم عنهم قولوا آمين والسكر مشكله هنا يأتي الى الانسان دون استئذان فهو لا يطرق الباب قبل أن يدخل ويعسكر في جسم الانسان ولا هو في حاجة الى فيزا الدخول هكذا عادته وهذا هو بروتوكوله المعتاد عليه . واذا فإن السكر ضيف ثقيل على نفوس الذين يتعاملون معه والماهر هو الذي يصادقه ويدرأ عنه تقلباته الحادة معظم الذين نلتقيهم يقولون انهم كانوا يأكلون وبأشكال عديدة من الدسم والتي تصل الي الظلطة دون ان تكون الحركة رائدتهم بعد هذه الوجبات الثقيله والتي ترهق الجسد والذي يصبح اطار سهلا لدخول هذا الضيف النزق . اصناف كثيرة يأكلونها دون ان يشكوا من مرض السكر والسبب كما يقولون انهم كانوا يمشون ويتحركون ولا يعرفون الكسل والخمول اضف الى ذلك ان القلوب رطبة وباردة وصافية ولا تفكر بأرصدة البنوك ولا تبحث عن المشاكل هذا ما تخرج به في حوارك مع شباب السكر والذين يقولون هذا زمن التنبلة والكسل بفضل مدنية الحياة وقلة الحركة .

وهذا المرض يعاني منه الكثير وهي معاناة لا حل لها إلا من المريض ذاته اما الطبيب فهو عنصر مساعد موجهة . الشاب وحده الذي يستطيع ان يكبح جماح هذا المرض ويقضي عليه .

الدوار .. ســارق الاعمــار

الدوار او الدوخه له عشرات الأسباب ابتداء من الأنيميا وحتى ارتفاع ضغط الدم . هذا المرض الذي وصفه الأطباء "سارق الأعمار" والقاتل الصامت وأن الأطباء يحذرون من الأستهتار بالدوخه وإهمال الدوار وإغفال ضغط الدم .. وإلا !

إن اسبابها عديده ومتشابكه ولم يحدث في حياة الناس من يدعي إنه لم يصب بالدوخه مرة واحدة . ولكن من أهم اسباب الدوخه وأشهرها أمراض الدورة الدموية مثل إرتفاع ضغط الدم وكذلك إنخفاض ضغط الدم المفاجىء ولا سيما عند الإستيقاظ من النوم . كذلك عقاقير علاج إرتفاع ضغط الدم وعندما تضطرب ضربات القلب وغالبا ما يصاحبها دوخه وشعور بالخفقان ولا ننسى التهابات الأذن الوسطى وما يصاحبها احيانا من قيء شديد ومستمر وتوجد هناك أمراض اخرى تسبب الدوخه وهي أمراض قصور الدورة الدموية بالمخ وبالذات على مستوى المراكز الرئيسية لعصب السمع والأذن الوسطى ونقص نسبة السكر في الدم .

وهذا النوع من الدوخة كثيرا ما يشكو منه مريض السكر في الصباح الباكر ويرجع ذلك الى تناول الأنسولين طويل المفعول ويصاحبه عادة صداع وعرق غزير . وهنا يمكن تمييز الدوخة بعد زمن قد يصل الى ما بين ساعتين واربع ساعات من بدء تناول الطعام ولا نستطيع أن نهمل المشاكل النفسية وهذه الظاهرة تحدث في سن الشباب وتكون متكررة وربما مستديمه ومرتبطة بالحالة النفسية للمريض وليس لها علاقة بالوقوف . ومثل هذه الحالة لا يصاحبها القدرة على النوم ويفقد المريض على التركيز عدا الانيميا وتصلب الشرايين .

كيفية معرفة نوع الدوخـة

هناك نوعان اساسيان من الدوار ينبغي عدم الخلط بينهما الدوار الذي يحدث ويشعر فيه المريض وكأن الدنيا تدور به ومن حوله .. والدوار الآخر الذي يشعر فيه المريض حين يغمض عينيه بأن رأسه وجسمه يدوران به في الفراغ !

★ هل الدوار يصيب كل الاعمار ؟

الدوار يصيب الاطفال والكبار وفي الاطفال في غالب الامر يكن حميدا ولا يشك في أسبابه ويختفي من تلقاء ذاته إلا في حالات قليلة جدا يكون فيها الدوار مؤشرا لحدوثة نوبة صرع او تشنج مع فقدان الوعي بصورة مؤقتة وغالبا ما يصاحب التهابات الجهاز التنفسي . أما الكبار فقد يصابون بالدوار الوضعي أي الدوار الذي يحدث تغيير الوضع فجائيا وهذا يأتي في صورة نوبات متكررة تمتد لمدة دقائق وقد تصل الى ساعات أو قد يكون بسبب التهاب الاذن الوسطى والداخلية أو مرض "مينير" والتي تحدث نوباته مع القيء وقد يصاب الانسان بالدوار بسبب تناول بعض الادوية التي تؤذي اعصاب الاذن أو التي تسبب احتفاظ الجسم بالماء الزائد مثل مركبات الكورتيزون .

كيفية معرفة ان ضغط الدم مرتفع

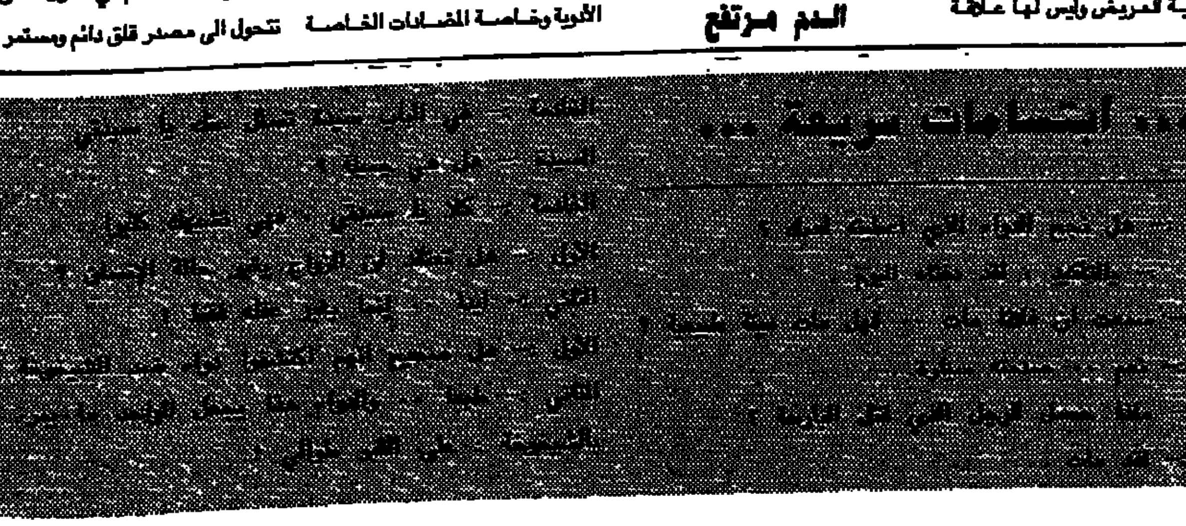
ارتفاع ضغط الدم له اعراض تنذر صاحبها بأنه موجود ولعل الصداع هو السمة المميزة وخاصة في الصباح . فمعروف ان صداع الصباح هو معناه ان زائر الصباح وصل الى الإرتفاع في ضغط الدم ومع الصداع تظهر الزغللة في الرؤية ومن بعدها يظهر طنين الأذن وبعض الشعور بالأعياء وخفقات القلب . اما في الحالات الشديدة فقد يشكو المريض من ضيق بالتنفس وضعف بالذاكرة وصعوبة شديدة في مواصلة العمل المعتاد ولا سيما إذا كان العمل يحتاج الى فكر وتذكر .

اما في الحالات القصوى والتي تصل فيها حدود الضغط الى ١٣٠ اي الضغط الأسفل ويظهر شحوب في اللون وقد ينزف المريض من الانف او الشرج وقد يحدث نزيف بالبول او تحت الجلد . ولا ننسى ان الضغط هذا متهم ب "سارق الأعمار" لأنه احيانا يرتفع الضغط بصورة تدريجية دون ان يشكو المريض من اي اعراض ولا يدري المريض إلا بعد ان يفقد الوعي . وإن مرض ارتفاع ضغط الدم يسبب مشاكل المخ . وارتفاع ضغط الدم يسبب المضاعفات في صورة جلطة بالمخ وبسبب حدوث تصلب الشرايين بالمخ . واما في حالة حدوث نزيف بالمخ من جراء زيادة الضغط على جدرانها . وهناك حالات ارتفاع ضغط الدم بصورة حادة مما ينجم عنه تقلص شديد بالشرايين بالجسم كله مما يزيد من ارتفاع ضغط الدم فجائيا فيحدث ارتشاح مائي حول المخ وزيادة بالضغط داخل الجمجمة وقد يكون سبب بعض انواع الأدوية وخاصة المضادات الخاصة بالإكتئاب عندما يتناول المريض معها انواع من الأكل مثل الجبن والزبادي او المخللات او الخمور.

★ هل للتغذية دور ؟

معروف تماما ان هناك امراضا معروفة تصيب الإنسان وسببها الاكل مثل السكر والضغط والسمنة وبالنسبة التغذية ينصح دائما بالإقلال من ملح الطعام وتجنب المخللات والموالح وكذلك يفضل تجنب الدهون الطبيعية والشحوم والسمن البلدي وإستعمال زيت الذرة في إعداد الطعام مع مراعاة إنقاص الوزن والتخسيس في حالة زيادة السمنة .

ما هو النظام الأمثل الوقاية من ارتفاع او إنخفاض الضغط اذا كان قدرك ان تكون ممن حزب ارتفاع ضغط الدم فإنه من الممكن ان تضع نظاما لحياتك والبداية هي مزاولة الرياضة التدريبية مثل المشي او الجري او ركوب الدراجات والسباحة والتنس كما لا تتردد في طلوع السلم . والمشي كثيرا كلما كان ذلك ممكن . من المهم الإقلال من النشاط الجنسي ولا توجد مشاكل خاصة بقيادة السيارات او ركوب الطائرات او الإنجاب . ويقولون انه من المهم قياس ضغط الدم للأطفال ابتداء من عشر سنوات وهذا المقياس يبين مدى سلامة اطفالنا من المرض . بعد ان اثبت مؤخرا ان هناك نسبة من ١٠ الى ٢٥٪ من الشباب البالغين يصابون بإرتفاعها في الضغط ويكون ارتفاع الدم عندما يزيد المؤشر عن ١٤٠ / ٩٠ ميللمتر زئبق واهم نصيحة عدم شراء جهاز لقياس ارتفاع ضغط الدم في المنزل حتى لا تتحول الى مصدر قلق دائم ومستمر .



... ابتسامات مريضة ...

العيد الذي تحققت فيه الأمنية

تزوجنا ونحن ما نزال في الكلية وكان كل منا يعمل بعض الوقت لتدبير امرنا مع البعثة التي اعطيت لي والقرض الممنوح لجاك ، قلت : عدني بشيء واحد يا جاك ان نشتري بيتا بعد ان تتخرج وتعمل انت طوال الوقت هل تعلم انني لم اسكن في حياتي في بيت حقيقي له ساحة ؟؟ اريد ان اودع حياة الشقق للأبد ؟ قال جاك : كنت تستطيعين ان تحصلي على بيت بطريقة اسهل فليس من الذكاء ان تتزوجي رجلا لا يزال في المدرسة لا يملك اسهما او سندات وليس له اقارب اثرياء يتركونه في وصاياهم ثم انني قد اضطر للعناية بوالدتي في يوم من الأيام فهي ارملة ودخلها بسيط فهل تمانعين ؟ بالطبع لن امانع يا جاك باركر قلت ذلك وانا في نشوة الأيام الأولى للزواج ومرت الأسابيع سريعة الى ان حل موعد التخرج ووجد جاك عملا في شركة هندسية لم تكن البداية جيدة لكن كانت هناك آمال وفتحنا حسابا في البنك وعشنا في الشقة حياة بسيطة ولكن خططنا من اجل البيت تضاءلت بسبب ارتفاع سعر الفائدة وبسبب التضخم ولم ينقذنا الا التقاء جاك مع بيل إيفانز المتقاعد من الجيش .

عمل بيل في وظيفة جيدة في امريكا الجنوبية وكانت زوجته متحمسة لهذه النقلة وكان يريد ان يبيع بيته الذي اشتراه قبل التضخم فعرضه على جاك بدفعة على الحساب تساوي توفيراتنا في البنك مع رهن البيت بفائدة معقولة وكان العرض في نظرنا نعمة من السماء وبينما كنا نستعد لإتمام الإجراءات فور إنتهاء العطلة جاءتنا رسالة من والدة جاك تكاد تدمر كل احلامنا – والدي العزيزين ...

يؤسفني ان اضطر لطلب قرض صغير منكما وان احل ضيفة عليكما لبضعة اسابيع وانا في فترة بين وظيفتين لسوء الحظ اضطررت للإستقالة من عملي في شركة سيم وسأقص عليكما التفاصيل عندما نلتقي لكني اعرف ان اوضاعكما في هذه الآونة بعد ان تخرج جاك وعمل في تلك الشركة غير طيبة ما اروع ان اجد ابنا لي الجأ اليه فانتما تعرفان انني لا استطيع ان اطلب عونا من إميلي ، ارجوا ان ترسلا لي اجرة السفر برقيا فقد حجزت يوم ٢٢ من هذا الشهر وفي هذا الوقت لا توجد اماكن إلا في الدرجة الأولى .. اوه ما اجمل ان اراكما وان التقي بكما اخيرا .

المحبة نينا

وقلت متعجبة : الثالث والعشرين يعني بعد غد !!

قال : تماما لكني لن امس توفيرنا فقد تسلمت شيك المكافأة اليوم وكنت انوي شراء معطف في عيد الميلاد معطف له ياقة من فراء .. اما المعطف الذي كنت ترتدينه فلم يكن جديدا حتى في يوم الزواج ولمست جاكتة التويد التي علي وقلت : لا بأس يا جاكي من الإنتظار ، إنني اذكر ما قالته تلك الإنجليزية من ان جاكيت التويد تعيش العمر كله !! وهز جاك كتفيه وقال : انت تعرفين امي فلقد كانت وظيفتها نعمة من السماء وقد لا يأتيها الحظ مرة ثانية فهي لا تحسن عمل شيء تقريبا كان هارلي سيم صديقا لوالدي وقد وظفها في قسم الإستقبال بعد موت والدي ان معظم الوظائف تتطلب إتقان الطباعة لكن هارلي كان يعلم ان والدي قضى مدة طويلة في فراش المرض وكنت لا ازال في المدرسة وقد كان وضع إميلي جيدا مع زوجها الجديد وكان دخل والدتي محدودا لا تدفع منه فواتير العلاج .

كانت الوظيفة إنقاذا فقد تمكنت من إستئجار شقة صغيرة قريبة من بعض الأصدقاء وان تعيش عيشة محترمة وكنت امل ان تسير الأمور هكذا الى ان اصبح قادرا على مساعدتها ماليا ، في يوم وصول الكتاب اخذنا عطلة كنت في امس الحاجة لها وبعد خروجي من مكان عملي وصل جاك في سيارته وصعدت الى جانبه ، إبتسمت وقلت : جئت في الموعد بالضبط وقدمت خدي ليقبله قال : اجل فالشوارع مزدحمة بسبب الإستعداد لعيد الميلاد بعد قليل اضطررنا للوقوف بسبب الزحام وعندها اخرج رسالة نينا . وقلت : رائع فقد كنت ارنو الى يوم نلتقي معها لكني لم ارتح للتعبير الذي على وجه جاك قال : لا اظن ان هذه زيارة فهي قد تعد إقامة دائمة وسكت وجهت اقول لنفسي الشقة ضيقة جدا وحتى لو إنتقلنا فإن البيت ليس واسعا ، اخيرا قلت بصوت عال على كل حال ليست هذه هي القيامة فقد تجد عملا آخر انها صغيرة السن وجذابة ايضا ، وهز جاك رأسه وقال ستزداد معرفتك بها عندما تعرفينها لقد تزوجت وهي في الثامنة عشرة وكان والدي اكبر منها بكثير وكان يعبدها وظل يخدمها الى ان مرض وكانت النقود شحيحة وكانت حياة إميلي في الكلية قاسية لكن والدتي استطاعت ان تقيم لها حفل زفاف جيد عندما تزوجت قبل وفاة والدي بسنة .

وقلت وانا احس بالإنزعاج ليت الناس يصبحون عمليين نستطيع ان نطلب منها الحضور بالقطار بدلا من الدرجة الأولى في الطائرة فهناك تدفع نصف أجرة الطائرة ؟ في القطار يصيبها الدوار ! وهي كالأطفال من نواحي كثيرة .. جاك لم لا تقيم مع إميلي ؟ فعندها بيت واسع . إنها الكرامة فهي تقول ان العيش مع الأبناء فيه إهانة !! فلماذا تأتي الينا إذن يجب ان ندعوها على الأقل .. فهي امي كما تعلمين وناقشنا الموضوع وارسلنا لها اجرة السفر فقد صممت على ان اكون إيجابية لكننا يجب ان لا نضيع فرصة شراء ذلك البيت الصغير ... عرفت نينا من صورها عندما نزلت من الطائرة الضخمة بقدها الرشيق كانت ترتدي معطفا بياقة من فراء المنك الثمين وكان شعرها القاتم يتموج بإنسجام تحت قبعتها الجميلة وقد جالت بصرها في الحشد ثم لوحت بيدها لجاك وهو يتقدم نحوها : امي .. انت رائعة !!

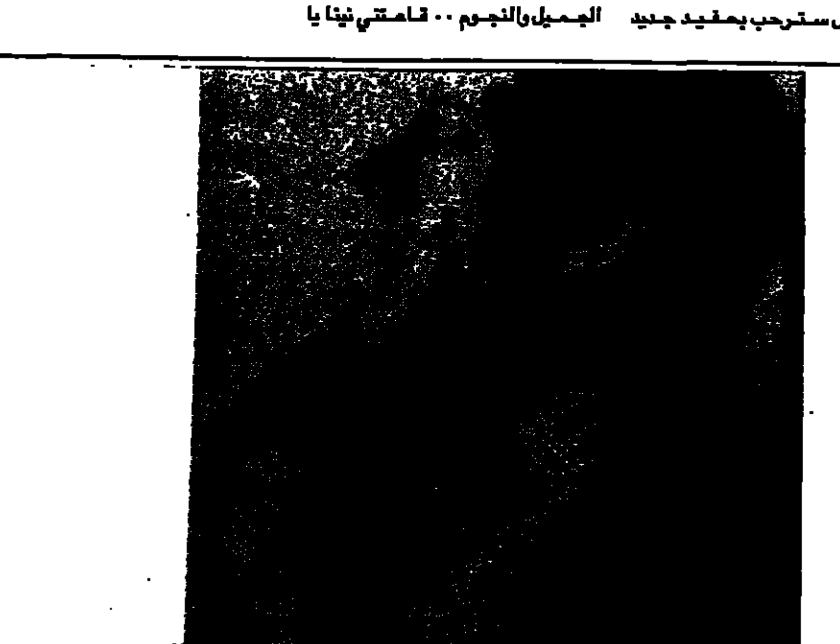
جاك حبيبي : وهذه الما اوه ما اسعدني برؤيتكما .. واحنيت على الخد الناعم اقبله وسألتها كيف كانت الرحلة ؟ ممتازة يا عزيزتي ارجوك قولي نينا لكي لا احس انني عجوز .. الطائرة الكبيرة رائعة سريعة ناعمة .... والتفتت الى جاك هذه بطاقات الحقائب لقد احضرت اثنتين فقط لكنهما كبيرتان فانا احب ان تكون معي ملابس كثيرة لا حافظ على المظاهر لكن هناك شيء سأحدثكما عنه اريد مكانا صغيرا لي ربما قريبا منكما وسوف يصل الي صندوق كبير ارسلته مع الشحن .

تهرب جاك من نظراتي وهو يضع الحقيبتين في صندوق السيارة ويغلقه بقوة مما جعلني اتنفس الصعداء إيمانا بأنه سيكون صريحا مع نينا فهما على اية حال ناضجان وليسا طفلين ، وبالفعل قال لوالدته سوف نبحث في ذلك فيما بعد يا امي ... وعندما بدأت نينا تخرج حوائجها من الحقيبتين احسست ان الشقة قد صغرت إذ رغم ان خزانة غرفة الجلوس لم تكن تتسع لملابسها فإنها حشرتها حشرا ثم اصرت على إستعمال السرير الذي في غرفة الجلوس لكنني قلت في نفسي ترتيب مؤقت . اثناء العشاء لم تسكت نينا لحظة واحدة وهي تتحدث عن رحلتها بالطائرة وبعد العشاء نظفت المائدة واجلس جاك والدته على الأريكة الطويلة بعد ان وضع لها وسادة وراء ظهرها وسحب لها (إسكملة) لقدميها واخيرا استرخى في الأريكة المقابلة الوحيدة . علقت نينا قائلة : يا للسعادة يجب علي الآن ان احدثكم عن تركي للعمل فلقد كنت احب عملي حقا رغم ان تعودي على ساعات الدوام إستغرق وقتا طويلا ثم لم يبق لي انا وقت وكان هارلي لطيفا صبورا لكن المتاعب بدأت بسبب ابنته إيتا ماي وغيرتها السخيفة كان الأمر مضحكا ثم صار مربكا . واومأ جاك برأسه متعاطفا وقال : يظهر ان ايتا ماي كانت لها حساسية زائدة بعد وفاة والدتها على كل حال اخبرت هارلي انني احس بضرورة الإستقالة والإستراحة فترة ما رغم انها عارضت ذلك .. غيرة ايتا ماي ما الذي فعلته لإثارة غيرة المرأة . الم يخطر ببالك ان جاك يستحق ان يحيا حياته كما يشاء ؟

قالت ايضا : كانت ازمة ولم استطع تحمل الإهانة .. ما اجمل ان يكون الشخص ابن يلجأ اليه صحيح ان اميلي وجيم على وشك الإنتهاء من دفع ثمن البيت لكني لا يمكن ان اثقل عليهما بالإضافة الى ان عندهما طفلين والثالث في الطريق ، عبست وقلت في نفسي الا تدرك بعض الجدات انهن يمكن ان يكن مفيدات في بيت كهذا حيث يرحب بهن كثيرا . وتنحنح جاك وقال : اه عندي وظيفة وهي ليست مهمة الآن لكننا قد وفرنا قليلا من المال من عملنا نحن الإثنان ان لنا فرصة شراء بيت في الضواحي نرى فيه اطفالنا . رأي يا عزيزي انا سعيدة بذلك لكن اطفال ؟ بهذه السرعة ؟ بالطبع ستأخذان البيت وابقى انا هنا .. فهذا المكان جيد لشخص واحد . قلت : ان البيت جميل وفيه غرفتان ونحن نرحب بك – على الأقل ما دمت بحاجة لذلك . اوه لا يا عزيزتي زيارة من أن لآخر لكن لبضعة ايام وعندما ترحلان سيكفيني هذا المكان فانا احب القرب من الحوانيت والمسرح ، جاك لا بد من مساعدتك اياي في اول الأمر الى ان اجد عملا آخر انت تعرف دخلي وان يطول امد المساعدة .

فيما بعد ونحن في غرفة النوم إحتضنني جاك وقال لم اقل كل شيء الليلة فإن كرامتها هي كل ما تبقى اعطيني وقتا .. اجبت افهم لا تقلق سنتصرف معا .. وبعد ان اغفى بمدة طويلة ظللت مفتحة العينين اقلب الأمر على وجوهه المختلفة ، وطلع النهار صافيا باردا وكان الجو متألقا وفاخرا وقلت ان علي بعض الواجبات .. قال جاك "سآخذ والدتي اريها بيتنا الصغير وفي طريق العودة نحضر شجرة .. ووافقت قائلة : فكرة جيدة اذ انني سأنشغل طوال النهار فلن احتاج السيارة عودا مبكرين للعشاء ، بعد الظهر خرجت من عيادة الطبيب وسرت ببطء الى البيت وقلبي ممتلىء بعاطفة غريبة وكنت اخشى الخبر الذي اكده الطبيب اما الآن وقد ثبت فهل ابقيه سرا ؟ احسست بأن علي ان اصرخ به الناس اجمعين .

ما اجمل الشارع بواجهات الحوانيت المتلألئة والناس الذين ملأوا الأرصفة وجوههم تطفح بشرا بالعيد وانفتح احد الأبواب فجأة وخرج جمهور من الناس ينشدون اناشيد عيد الميلاد . كنت اتصور وجه جاك عندما اخبره الخبر لكن ماذا عن نينا ؟ هل سترحب بحفيد جديد



وتوقفت فجأة انظر الى احدى الواجهات هل سيرفض ابننا او ابنتنا في يوم من الأيام ان يستضيفنا انا او جاك ؟ واحسست كأن لقمة كبيرة قد سدت حلقي ، قلت لنفسي : الليلة سأرحب بها بحرارة واما سري الثمين فلينتظر ... عندما عدت انشغلت بتحضيرات العشاء وكان زميل اعلى مركزا من جاك محب للصيد قد ارسل الينا زوجا من طائر التدرج فأعددت وليمة تليق بالمناسبة ووضعت المائدة قرب الموقد وقررت ان نتعشى على ضوء الشموع بعد ذلك نزين الشجرة ونضعها في الشباك المطل على الشارع .

كنت قد خططت ذلك على انه وداع عاطفي لشقتنا التي قضينا فيها شهر العسل – عشاء اعده بيدي للرجل الذي احب – ونويت ان نشذب الشجرة قبل الذهاب الى الصلاة في الكنيسة التي تزوجنا فيها ... اما الليلة فستكون الصلاة دعاء بأن يزيد الطفل في فرحتنا وها قد تحقق اجمل حلم ... وعادت نينا وجاك قبل الخامسة وفي يد جاك شجرة صغيرة تعبق بنكهة الصنوبر والهواء الطلق وكانت نينا تحمل كيسا من الحلوى .. قالت : إنتقيت اشياء الغد . قلت : نحن نحتفل الليلة – وجودك معنا – وجودنا معا وعيد الميلاد هذه مناسبة خاصة جدا نينا ، قبل سنتين التقينا انا وجاك ذهبنا الى صلاة في الكنيسة في ضوء الشموع وبعدها خرجنا الى الثلج الجميل والنجوم .. قاطعتني نينا يا الجمال انت محظوظ يا جاك .. اوه رأينا البيت يا الما وهو رائع رغم بعده عن البلدة يقول جاك إنكما غير واثقين بعد من شرائه ثم جعلت تخرج مشترياتها من الكيس قالت : اوه اين الفراق ؟ لا بد ان الصبي نسيها سأعود لإحضارها بينما تزينان الشجرة فالحانوت قريب من هنا .

ورغم إحتجاجنا تناولت محفظة نقودها وخرجت مسرعة لم تخبرها يا جاك لم تخبرها اننا لا نستطيع ان ندفع قسط البيت واجرة الشقة ؟ لا آسف يا حبيبتي لكن ان كان لا بد فلنؤجل ذلك الى الغد عيد ميلاد كما تعلمين ، اعرف يا حبيبي كنت طول العصر خائفة من ان تكون قد اخبرتها على كل حال يمكنني ان اعمل مدة اطول فقد نتمكن من شراء البيت ومساعدة نينا ايضا وقد تجد عملا وعندما اتوقف عن العمل ، إنما الآن فلنستعد ونسكت هل تعد ؟ واخذني جاك بين ذراعيه وقال : انا لا استحقك لكني لن اتركك هنا وحدك ، ورن جرس الباب ولم يكن ممكنا ان تعود نينا بهذه السرعة فمن الطارق يا ترى وفتحت الباب فوجدت رجلا انيقا يحمل صندوقا من صناديق بائعي الأزهار وصرخ جاك مستر سيم تفضل !!

جاك يا عزيزي ما اسعدني برؤيتك ودخل الغرفة وطق قبعته فكشف عن رأس يغطيه شعر فضي جميل ، هذه زوجتي الما يا سيدي .. هذا مستر سيم صديقنا القديم من بلتيمور .

جراح قلب

بمرارة لست انت يا ايام مضت مجرد ذكرى سليتني ولست في الآن حقيقة !! جرحك الماضي .. الحاضر لا زال نازفا .. واهاتك مع النبضات تدق ناقوس فرار روح بلا رجعة .. الى خنادق الظلام السحيقة .. نظرت القلب المجروح يوما وقد حملته لي يد الإنسانية الطاهرة الشفافة او هذا ما كنت اظنه والآنات طرقتها حكاياته والغروب وكأس الأمنيات المهدور .. فضحكت جذلة .. ابحرت معها والزوارق حيث السماء رحبة .. وبحر الشرف بلؤلؤه النفسية ثم عدت من بعد خداع الواقع وظلم البشر بقلب مجروح وآمال مثلومة وروحا تترنم يتألم مع الألحان وتلك الكلمات الحزينة لم يرحل الزمان كون القلب متشققا .. او يأخذ انه بالأصل كان مصروعا مرات تيارات مع اشياء عديدة قاسيا كان ولا زال .. والأيام موجعة كما الفشل والدمعات الحثيثة ! .. والآن ماذا بعد الآن ؟ إستظل ماضي قابعا دون إنحسار وهل ستبقى يا ذاك الطوفان ؟ اسئلة كثيرة تجيش برأس متقطع الأوصال لا اعتقد إلا انني سأصحو وستنتعش الحياة فالحياة هوى لطالبها انني لا اهواك فتنحي عني اسألك الله وفتح الخليقة .. لا اريدك فاتركي الذات تهنأ ولو سويعات قليلة من الوجود سحقا على الأسباب والفؤاد مني والفكر عتابا تعصف داخله الأشجان بأسئلة وتحركه نسائم الوعود والوفاء تجاهد بغير سلاح وقوت صحراء جدب التعاطف وسحر الأثير ذلك الشر العاتي الساكن دهاليز النفوس الغليلة .

– إني رأيتكما

إني رأيتكما تتناجيان .. وبحديث الحب تتقاسمان .. فكيف تريدني بعد الآن .. ان لا يتحطم في قلبي الحنان .. قلبي والحزن رفيقان .. ابحر في دروب التيه والنسيان .. وجدفا ضد التيار .. حتى كل منهما الساعدان .. وما زال عطفك بعيد المنال .. وكان القلب فيك .. ما احس بالحنان .. دعيني ابحر اينما شئت .. دعيني .. فحيثما اكون بعيدا عنك .. لا فرق عندي إن سكنت النار .. او بر الأمان .

– لا تسألي

لا تسألي .. اين هي ليالينا .. إنها قبر أمانينا .. والحن عودة مآسينا .. لا تسألي هو رفض يؤذينا .. بل سخط يبكينا .. ورهبة إمرأة تنسينا لا تسألي .. زرقة عينيك تناجيني .. سواد الليل يؤاتيني .. وحبك ما زال يحاكيني لا تسألي .. قصمت قلبك يقتلني .. وإطلالات الوجه تأسرني .. وإشراقات حبك تلاحقني لا تسألي .. لمن عزيزتي اشكوك .. انت الغالية اناديك .. لا تنظري .. وليهدأ موجك لا تسألي .. ارجو الزمان ان يبعدك .. من ظلماته يأسرك .. حتى الزمان يرفضك لا تسألي .. اليوم تنتهي الحكاية .. من اولها حتى النهاية .. وداعا بل رسالة ..

الرضا بالظلم ليس من الإيمان

الرضا بقضاء الله وقدره من علامات المؤمن واساس من اسس الإيمان ، كما شرحها النبي صلى الله عليه وسلم للسائل عن الإيمان يقوله : "ان تؤمن بالله وملائكته وكتبه ورسله .. والقدر خيره وشره" والقضاء والقدر ما هو الا من امر الله وحده ولا دخل فيه للبشر اما إذا ظلم إنسان آخر ورضي ذلك الأخير بالظلم فذلك ليس من الإيمان بشيء وإنما هو خنوع ومذلة فيه من غضب الله وسخطه الكبير وحين جاء رجل الى النبي صلى الله عليه وسلم مستفسرا عن رجل اقتحم عليه داره واراد ان يسلبه ماله .. فقال له النبي صلى الله عليه وسلم قال ارأيت ان قاتلني ! قال قاتله ؟ قال ارأيت ان قتلته ؟ قال هو في النار ؟ قال ارأيت إن قتلني ؟ قال فأنت شهيد ! فالرضا بالقضاء لا يعني الإستسلام للظلم والإعتداء على الحقوق وقد حرم الله سبحانه الظلم على نفسه ، فقال يا عبادي إني حرمت الظلم على نفسي وجعلته بينكم محرما فلا تظالموا ، ويقول في كتابه الكريم "إن الله لا يظلم مثقال ذرة وإن تك حسنة يضاعفها" الظلم كما اشار رسول الله صلى الله عليه وسلم ظلمات يوم القيامة .. وكان يأمر بعدم الدخول على الظلمة او تعظيمهم ومن اعان ظالما سلطه الله عليه ، فالعدل اسم من اسماء الله الحسنى والأمر به ثابت بأمر من نص قرآني فقال جل شأنه "وإن الله يأمر بالعدل والإحسان وإيتاء ذي القربى" ويقول وإذا قلتم فاعدلوا فالمسلم الصادق لا يرضى بالمذلة والظلم وإنما يدافع عن الحق ويسعى لإقامة العدل وإذا تعرض للقهر لم يستطع له دفعا ، فقد جعل الله له دعوة مستجابة لرفع الظلم عنه فإن الله يرفعها دون غيرها من الدعوات فوق الغمام ويقول وعزتي وجلالي لا نصرنك ولو بعد حين ويقول صلى الله عليه وسلم اتقي دعوة المظلوم فإنها ليس بينها وبين الله حجاب فالرضا بقضاء الله ايمانا والرضا بالظلم ضلال . ا ويؤت من لدنه اجرا عظيما"

وهم اسمه الحب

الحب كلمة تحرك المشاعر الكامنة فتهز اوتار القلوب ويستخدمها الناس لوصف مشاعر ورغبات الإرتباط تجاه فرد او مجموعة وحول الحب سطر الشعراء والأدباء قصائد طوال ووصفوا فيها الحب بأنه اسطورة ولكنه في الحقيقة شكل آخر من اشكال الأنانية وحب الذات .. شكل يساعدنا على التكيف والإستمرار في هذه الحياة .. انها نفس الإنسان البالغة التعقيد وتلك هي حقيقة الحب التي ستكون مرة البعض وبلسما وشفاء البعض الآخر !

فالحب شكل من اشكال الأنانية وحب الذات .. واكبر مثال على ذلك رحلة الحب مع الطفل والمراهقة فالطفل يولد محبا لنفسه فلا يشعر الا بنفسه وحاجته هو دون غيره فعندما يشعر بالجوع فإنه يبكي .. ويظل كذلك دون مراعاة لمن حوله حتى تأتي امه متطعمة فيهدأ .. ويتكرر نفس الشيء عندما يشعر بالخوف .. فكل حبه يتوجه الى نفسه وارتباطه بالأم الذي يبرز بعد فترة هو ارتباطه بمن يشبع له رغباته وحاجاته وانه حب من اجل نفسه وحفاظا على بقائه وهذه الظاهرة يسميها علماء النفس "النرجسية الأولية" اي حب الذات الأولى الى ان يدرك ان هناك امه وابوه واخوته ولكن يظل على انانيته فيرغب ان يكون كل شيء له وحده . وبعد ذلك يحوز الطفل القبول الإجتماعي داخل اسرته وخارجها بتنازله عن جزء من حبه لنفسه للآخر كي يأخذ الآخر مقابلها لهذا الحب ويكون ذلك ماديا او معنويا وتسمى هذه الحالة "النرجسية الثانوية" .

وعندما يشب الطفل يكون البلوغ حيث تفرز الهرمونات الجنسية فتتحرك شهوته وميوله تجاه الجنس الآخر ولكنه يتعلم من المجتمع ان الجنس عيب ولا يقبل التعبير عنه بشكل مباشر والمقبول هو الحب الذي يتغنى به الناس ويعبر عن نفس الميول فيستخدم كلمة الحب التعبير عن ميوله وغرائزه التي تحركت بعد البلوغ .

دوافع الحب

وللحب نوعان من الدوافع الأول معنوي والآخر مادي :–

الأول :– يتمثل في الحاجات النفسية التي يرغب الشخص في اشباعها سواء كان واعيا لها "اي في مستوى عقله الظاهر" او ليس واعيا "على مستوى عقله الباطن" ولشهر الدوافع النفسية للحب هو حب فتاة لرجل في سن ابيها كبديل للأب او حب فتى لأمرأة في سن امه او اكبر منه بعدة سنوات كبديلة للأم . انها الرغبة في ان يظل كل منهما مستشعر بحنان الأب والأم واما دوافع الحب المادية فهي حاجاته المادية من جنس ومال ومكانة اجتماعية .

انواع الحب

١. الحب العاطفي :– وهو الحب بين رجل وامرأة وتلعب فيه الحاجات المادية من غريزة جنسية اوغيرها من حاجات الحياة دورا كما يلعب البناء النفسي وحاجات الإنسان المعنوية الدور الأكبر في هذا النوع من الحب فالخيال هو المسؤول عن اشتعال نار الحب فلو فهمنا الحب فهما واضحا يخلصنا مما يشوبنا من خيال وينزل بنا الى ارض الواقع !

٢. حب الأصدقاء والأخوة والأبناء :– حيث يرى الشخص نفسه في اخيه او صديقه او ابنه إما لأنه يشبهه او ينتمي اليه او يتفق معه في تفكيره ومشاعره او يختلف عنه فيكمله .

٣. حب الوطن :– وهو حب لما ينتمي اليه الشخص ولو كان منتميا لوطن آخر لأحبه نفس الحب

٤. حب الوالدين :– وهو عرفان بالجميل لما اعطونا في طفولتنا واصبحت ترتبط صورته في انفسنا بالحنان والرعاية والأمان الى كثيرا ما عشناها معهم في طفولتنا .

٥. حب الله :– جزء من الإيمان وشرط لإكتماله وشكرا له على نعمه التي لا تعد ولا تحصى او طمعا في جنته او خوف من عقابه .

٦. حب الإنسانية :– وهو حب القيم والأخلاقيات زرعها المجتمع في نفس الطفل عندما علمه ان يتنازل عن جزء من حبه لنفسه ليحب به الآخرين كي يأخذ حبا فعليا وقبولا اكثر من المجتمع . ان فهم الدافع الداخلي للحب فهما واضحا دون لبس يقلل كثيرا من حدة الحب ويخلصه مما يشوبه في خيال وينزل به الى ارض الواقع .. فالخيال هو المسؤول عن اشعال نار الحب بالإضافة الى ان الإشباع للحاجة الدافعة للحب غالبا ما ينهي الحب ويطفىء جذوره .

من هنا وهناك

[illegible]

من اطراف العالم

الحر اصعب من الجوع

الاعتقاد السائد حتى في الاوساط العلميه ان الانسان يكون اكثر قابليه ليفقد اعصابه ويصاب بالتوتر حين الجوع او الانهاك الشديد بالعمل ،

علماء النفس يقولون الانسان يبلغ اكثر درجات الترفزه حين يشعر بالاحباط وعدم التقدير او خيبة الامل ولكن الدراسات الاخيرة التي اجريت في جامعة برنستون الامريكية تقول عكس ذلك كله ان اقصى حالات التوتر والعصبية التي تصيب الانسان هي في الحقيقة بسبب الحر الشديد في دراسات مماثلة اجريت في المانيا وقامت بها الباحثة المتخصصه بعلم النفس الدكتورة ميريانا ستوكر . تبين ان الحر الشديد هو اقوى عوامل الطبيعة التي تجعل الانسان يفقد اعصابه وقد توصلت الدكتورة ستوكر الى هذه النتيجة بعد ان تجولت في كثير من بلدان افريقيا واسيا اضافة الى بلدان اوروبا وامريكا اولا ، ثم انها اجرت تجارب محليه في ميونخ حين اخضعت المتطوعين لظروف متباينه من جوع الى احباط نفسي واعمال بدنية مرهقة وكذلك اخضعتهم لمختلف درجات الحرارة والرطوبة وتغيرات الطقس وتوصلت الى نتيجة تطابقت تماما مع النتائج التي توصل اليها الدكتور وليم توكس استاذ علم النفس المساعد في في جامعة برنستون الامريكية .

تقول الدكتورة شتوكر إن الجوع يمكن ان يفقد الإنسان اعصابه ولكن ذلك لا يكون بنفس مستوى تاثير الحر على اعصاب الإنسان .

اللص المنحوس

حاول اللص الفرار من النافذة

عندما فاجأته صاحبة المنزل ولكن بنطاله إشتبك في مقبض النافذة ولما فشل في ان يخلص نفسه خلع البنطال وهرب بملابسه الداخلية ! ولكن اللص السيء الحظ لم ينجح من الفرار تماما حيث اكتشفت دورية للشرطة انه يقود سيارته بسرعة ، ولما استوقفته وجدته بالملابس الداخلية وبفردة حذاء واحدة فارتابت من امره والقت القبض عليه .

إذا اصبح رئيسا فالطلاق اولا ؟

عمان — قال احد المرشحين لرئاسة الدولة (رفض ذكر إسمه) ان زوجته ابلغته بأنها ستطلب الطلاق ما لم يسحب ترشيحه وأنه إستجاب لطلبها وفي نفس الوقت صرح في جلسة خاصة أحد ابرز المرشحين للرئاسة بأنه انسحب من المنافسة على منصب الرئيس تحت ضغوط أسرته .

هل اكتملت بنية الحلف السوري العـراقـي الإيرانـي ؟

وكالات – النجم العربي

افادت التقارير الدولية في اكثر من عاصمة دولية بأن حلقات الحلف السوري العراقي الإيراني قد استكملت صياغتها بعد اللقاء الهام بين الرئيس الأسد والرئيس صدام حسين في المنطقة الحدودية البلدين وأن اللقاءات التي تلت ذلك الإجتماع كانت تهدف الى إقامة جبهة سورية عراقية إيرانية لموازنة التحالفات الجديدة في المنطقة وتعديل حسابات القوى التي اختلت بصورة خطيرة بعد الإتفاق التركي الإسرائيلي وتضيف التقارير ايضا بأن لقاءات عدة على المستوى الأمني والسياسي والإقتصادي عقد بين هذه الأطراف كما ان ضباط الإستخبارات في هذه البلدان قد اشرفوا على بعض الإجتماعات الهامة في الوقت الذي كان يجري فيه البحث في نيويورك لإتفاق النفط مقابل الغذاء كان يجري لقاءات استهدفت تبادل المعلومات الأمنية والتعاون العسكري ، ولقد تقدم الجانب العراقي بفكرة نقل الطائرات الإيرانية الى قواعد سورية حيث يجري صيانتها هناك كما عرض الجانب العراقي خبرته الإلكترونية المتقدمة الى الجانب السوري وتقول التقارير أيضا ان الغيوم التي كانت تظلل سماء البلدين قد إنقشعت وأخذت الشخصيات لدى البلدين وخاصة في الجانب السوري تتحدث عن عمق عراقي إستراتيجي لسورية وتأكيد اكثر من مصدر عراقي أنه لا خلافات جوهرية بين العاصمتين وأن التنسيق بين الأشقاء ضروري لمواجهة خطط القوى العالمية .

مؤيد ابو صبيح

سـؤال

في البداية اعتذر للأستاذ جاسر عواد مدير التحرير على تكرار عنوان مقالته في زاويته المحببة الى قلبي مساء الخير يا وطن "سؤال" واؤكد للقارىء الكريم ان موضوع مقالتي مختلف تماما على مقالة الأستاذ الكريم وارجو ان يقبل الإعتذار .

هاهو العام الدراسي الحالي ٩٥/٩٦ اوشك على النهاية وهاهي العطلة الصيفية اوشكت على البداية وهاهم طلبتنا الأعزاء اوشكو ان يكونو بين مطرقة الفراغ القاتل وسندان المجتمع ، فالفراغ القاتل هو اهم ما يتعرض له طلبتنا نتيجة عدم وجود نشاطات او اندية صيفية يمارس من خلالها الطالب بعضا من هواياته كالرسم الرياضة ، والموسيقى وغيرها ، مما يجعل الطالب عرضة للإنحراف والإنقياد خلف رغباته والتفافه حول اصدقاء السوء وقد يعود الطالب للعام الدراسي الجديد بسلوك غير السلوك الذي عرف عنه في السابق .

وفي كثير من الأحيان قد يتجه إرتكاب الجريمة على إختلافها نتيجة هذا الإلتفاف ، فالنشاطات والنوادي الصيفية تحافظ نوعا ما على السلوك السوي وتحبب الطالب في مختلف نواحي الحياة ، فماذا اعدت وزارة التربية والتعليم ومديريات التربية والتعليم من نواد ونشاطات لهذه العطلة الصيفية ؟ سؤال نطرحه على الأخوة المعنيين في وزارة التربية والتعليم لعل وعسى .

تتمات ... تتمات ... تتمات ... تتمات ... تتمات ... تتمات

نيتنياهو يدق طبول الحرب

احدثت نجاحات الليكود صدمة في العالم العربي وتفاوتت الردود ما بين داعم للسلاح وداع الى حشد الصف العربي ولحياء التضامن بإعتباره الرد الوحيد على برنامج الليكود ولقد عقدت القمة المصغرة في العقبة بين الرئيس المصري ورئيس السلطة الفلسطينية وجلالة الملك الحسين لبحث سبل العمل والتعاون المشترك لمواجهة المرحلة المقبلة وعقبها فورا إجتماع دمشق والذي عقد بحضور الزعيم المصري والزعيم السعودي وبرعاية دمشقية ولقد تناولت الإذاعة السورية في مجمل تعليقها السياسي اليومي بأن إنعقاد هذه القمة يأتي في وقت بالغ الدقة والتعقيد وأن إنعقادها يعني تصحيح المسارات العربية وإتخاذ خطوات عملية في إطار تدعيم التضامن العربي لمواجهة المتغيرات والأخطار التي تهدد الأمة العربية ومصالحها ومستقبلها وفي تعبير عن القلق الذي يكتنف العالم العربي تجاه نجاح نتنياهو . قالت الإذاعة السورية قبيل بدء الإجتماع ان تصريحات نتنياهو حول السلام تهدد أمن المنطقة وإستقرارها .

وقال راديو دمشق بأن تصريحات الليكود لا توحي بالتفاؤل وتنذر بإحتمالات اكثر خطورة وتهديدا للامن والسلم في المنطقة والعالم وعلم من مصدر مضطلع بأن الجانبين المصري والسوري اكدا على ضرورة إجراء مناورات مشتركة في الشهر القادم كإجراء وقائي للرد على الحلف التركي الإسرائيلي وبرنامج الليكود وهذه ستعقد لأول مرة بعد الحرب التشرينية المشتركة والتي خاضتها سوريا ومصر ضد إسرائيل في عام ١٩٧٣م .

الافتتاحية

من ممارسة حقوقه الطبيعية المشروعة على ارضه خاصة وفي الظروف البالغة الدقة بعد ان اعتلى الليكود السلطة وابرز برنامجه الإنتخابي المعرقل للسلام . رأينا جلالته قد دعا الى إجتماع القمة المصغرة بهدف تدارس الأوضاع ورص الصف العربي من اضعف حلقاته لمواجهة المستجدات التي تنذر بالخطر .

المفاجأة بالاعدام

عن السلطه الفلسطينيه الراهنه طابع الشرعيه هذا الالغاء في الواقع لم يسقط مبدأ تدمير اسرائيل بل السند المبدئي والايدلوجي لاقامه دوله فلسطين في الاراضي العربيه المحتله عاصمتها القدس ومن هنا دفنت منظمه التحرير الفلسطينيه على يد زعيمها التاريخي مما يجعل المفاوض الفلسطيني مكشوفا من ورقة التوت الشهيره طالما اعلن الزعيم الفلسطيني أنه ليس قادرا على نزعها. بوسع اسرائيل عبر حكومتها الجديده بزعامه الليكود أن تبتهج على هذا الانجاز وأن تبرىء رابين من الخيانه والتي قتل من اجلها على يد متطرف يهودي أما عشرات الالوف من الفلسطين والعرب الذين استشهدو من أجل فرض حق الشعب الفلسطيني والعرب الذين استشهدو من أجل فرض حق الشعب الفلسطيني في اقامه دولته المستقله ولو على جزء من أرض فلسطين وبغياب المراح عن الحكم ووصول الليكود الى السلطه يبرز الدليل الساطع على أن اسرائيل لا ترغب اطلاقا في وجود دولة فلسطينية عبر مفاوضات الوضع النهائي خاصه وأن هناك قانونا احالته حكومه رابين الى البرلمان الاسرائيلي بشأن تعديل التشريعات في غزوة يهودا والسامره يقول احد مواد هذه التشريعات ، وتحت باب الدخول الى اسرائيل ضابط الامن الاسرائيلي المسؤول أن يقوم شخصيا بطرد كل من يدخل الى الاراضي الخاصه للسلطه الفلسطينيه بدون إذن مسبق . أو يتجاوز المهله الزمنيه التي يحددها له إذن الدخول وفي هذه التشريعات فإن المادة تحضر نقل او امتلاك المنتجات الزراعيه في غزه واريحا حصرا لا في المناطق الاخرى والسؤال الان الذي يطرح ؟ هل هناك امل في تعديل هذا الوضع ؟

يكشف الجواب المباشر بأسف عن قدرة السلطة الفلسطينية على رفض ما قد يعرض عليها . بالرغم من تخليها عن احد اوراقها الهامه ولو على قيد الحياه القانونيه أي منظمه التحرير الفلسطينية . ما هو السيناريو المقبل إذا ؟ .

بدايه وحتى الشهور القادمة على الارجح سيدور الحديث عن البرنامج الذي وعد فيه الليكود تلخيبه البقاء في الاراضي الفلسطينية وتوسيع المستوطنات وعدم الانسحاب من الخليل عوده الى احتلالات جديده مع العوده النظر من جديد الى اتفاق اوسلو على ضوء المستجدات والتغيرات عن خريطه الاحداث في المنطقه وفي هذا الاطار ايضا بوسع الحكومه الليكوديه التي تملك القرار وحدها في غزه والضفه الغربيه حاليا . أن تعرقل وتعقد مهمه السلطه الفلسطينيه فتظل اراضي هذه السلطه محكومه بحد معين من الفوضى لا يشكل انفجار أمنيا بتجدد الانتفاضه .

والواقع أن اسرائيل ستدفع باتجاه الخيار الاردني وما زيارة نتنياهو الى عمان قبل شهر إلا عنوانا للمرحلة القادمة فالأردن هو الدولة العربية الأقرب جغرافيا وبصرف النظر عن خياراته السياسية التي يؤيدها البعض او يدينها ، اثبت الأردن قدرته على إدارة الشؤون العامة بأن نالت ثقة العالم ، مما يدفع بالحكومه الاسرائيليه لأن تقبل بخيار الكونفدرالية الفلسطينية الاردنية عمليا ، وهكذا تنقذ اسرائيل المظاهر ولا تجد في ذلك حرجا . طالما أن الشريك الفلسطيني الرسمي اكتفى حتى الأن بالمظاهر والطابع البريدي وبجواز المرور الذي اعتبر جواز سفر وبالعلم الفلسطيني يرفع في الشوارع.

فخري قعوار

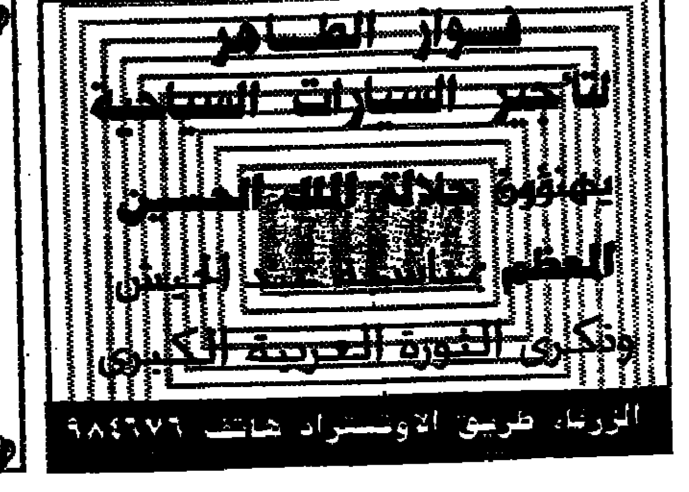
وبقيت اترصده دون فائدة وخطر لي مرة أن اتنكر بخطة وعقال كي اقترب منه وامسك به قبل ان يتعرف علي .. وحدث ذلك فعلا فقد وضعت على رأسي حطة وعقالا اثناء إحدى العواصف الباردة التي اثلجت عظامنا وتلثمت بإحكام حتى لم يعد يبدو من وجهي سوى حدقتي عيني ونظرت من النافذة فإذا بالولد الصفيق يجلس على غطاء المحرك فشكرت الله على هذه النعمة وخرجت من المنزل وقد علت دقات قلبي واستنفرت حاسة الشر في داخلي وغذذت من خطاي كي اظفر به متلبسا بالجلوس ووصلت الى الشارع فتنفست الصعداء لأنه ما يزال مدندلا رجليه على (الشل) الأمامي غير مكترث لتدني درجة الحرارة وما ان اقتربت منه حتى تمغط بكم قميصه وابتعد عن السيارة عدة امتار ووقف ينظر الي وقد افتر ثغره عن ابتسامة ماكرة وتابعت سيري نحوه فتراجع اكثر محافظا على المسافة المذكورة فهممت باللحاق به وعندئذ اطلق ساقيه للريح واختفى وعدت الى سيارتي ملوما محسورا !

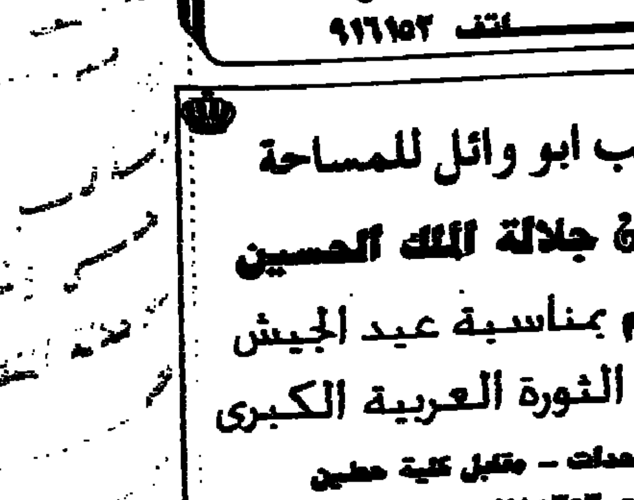
ولم افكر جديا بالتوجه الى السيد والده إلا عندما حاولت فتح باب السيارة فلم يدخل المفتاح ولما تأملت ثقب الباب وجدت عود كبريت محشو بداخله الأمر الذي اضطرني لأن ادخل في السيارة من الباب المقابل مرورا فوق المقعد المجاور للسائق ومرورا فوق بعض ادوات القيادة وقضيت حاجتي وعدت الى منزل جاري والد الولد الذي دس عود الكبريت في ثقب الباب ! كان الرجل يلبس دشداشة رمادية فاستقبلني بجفاء ورد على إتهاماتي اللفظة كيده بأنه لا يستطيع ان يخرج الى الشارع كي يراقب الأولاد وحين اقترحت عليه بأدب وتهذيب بالفن . ان يمنع ابنه من (الصحصلة) على سيارتي تقلص انفه واتصل حاجباه وضاق بحديثي ثم قال بإمتعاض وسخرية انه سيسمح له باللعب في الحدائق العامة فقط لأن البيت عبارة عن غرفتين مع المنافع ولا يتسع لسبعة اطفال من نفس (التمـرة) ! وحين قلت له انني فكرت ان اكسر (قنوة) على رأسه ذات مرة قال لي ان الدنيا ليست سائبة وان الولد ليس مقطوعا من شجرة فإن وراءه الف من الأقرباء على اتم استعداد للإنتقال الى الرفيق الأعلى دون ان يصيب ايا منهم فضول لمعرفة سبب هذا الرحيل وقطعت لساني وخرجت من بيت جاري حامدا الله على سلامتي ومؤكدا لنفسي ان السيارة ليست سوى كومة من حديد لا قيمة له ، وان الإنسان هو رأسمالنا الذي نعتز به ونفخر !

تصريح ايراني

في ظروف تتعرض فيها مصالح الشعوب المسلمة في المنطقة لخطط النظام الإسرائيلي التآمرية وحتى الآن لم تلتئم الجراح التي احدثتها جرائم النظام الإسرائيلي ضد مسلمي لبنان .

وقد فند الناطق بإسم وزراء الخارجية الإدعاء القائل ان إيران تتدخل في الشؤون الداخلية للدول العربية في المنطقة واعتبر ان موقف وزراء خارجية دول مجلس التعاون بشأن الجزر الإيرانية بأنه طمع ناجم عن عدم إعادة الأراضي العربية التي احتلها النظام الصهيوني . وقد اشار السيد محمدي الى ان المسلمين في الظروف الحالية محتاجون اكثر من اي وقت آخر للإتحاد والتضامن واكد على ان جزر طنب الكبرى وطنب الصغرى وأبو موسى هي جزر إيرانية وقال ان الموقف الذي اطلقته الجمهورية الإسلامية الإيرانية لإجرا محادثات ثنائية مع الإمارات لإزالة سوء التفاهم وعلى اساس إتفاقية عام ١٩٧١ ، وكذلك رسالة سمو الشيخ زايد بن سلطان الى فخامة الرئيس هاشمي رفسنجاني لا يزال قائما واعتبر السيد محمدي ان موقف وزراء خارجية الدول الأعضاء في مجلس التعاون في الخليج الفارسي موقفا يحدث الفرقة بين البلدين المسلمين وهو يعتبر تدخلا في الشؤون الداخلية لإيران ويؤدي الى تعقيد القضية .





يهنئون جلالة الملك الحسين المعظم بمناسبة عيد الجيش وذكرى الثورة العربية الكبرى



مؤسسة الخليج

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

شركة عطية وقنيص للمفروشات

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
اوتوستراد الزرقاء – مجمع الكرزون
هاتف ٩٩٣٦٦٩

مؤسسة الاتحاد لصناعة المنظفات

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
هاتف ٧٣١٨٢٢

شركة باز الصناعية التجارية

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
هاتف ٦٠٦٩١٠

ستديو جلال

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
مخيم الحسين
هاتف ٦٥٠٥٢٩

مفروشات الديسي

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى

منجرة غازي شريم

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
بيادر وادي السير – المنطقة الصناعية
هاتف – ٧١٤٤٥٧

مكتب ابو يوسف الخنيطي
بإدارة احمد حامد الخنيطي

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
طريق مادبا – مقابل معرض القدس للسيارات – ت ٧٧٨٣٤٨

منجرة الانوار
لصاحبها احمد عبد الغني ابو الحلاوة

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
الوحدات – شارع مادبا – خلف الكيال
هاتف ٧٨١٧٨٩

مشغل الوفاء الحديث

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
هاتف – ٦٢٧٧٤٦

الحسين للزجاج

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
جبل الحسين – ش صلاح الدين
هاتف ٦١١٤٧٥

المكتب الاستشاري العالمي
للمهندس زيد صلاح سحيمات

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
الصويفية
هاتف ٨٦٦١٩٦ – فاكس ٨٥٦٨٧٧

لمواد البناء
محلات ابو الاديب

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
الوحدات – مقابل كلية حطين
هاتف ٧٧٣٣٩٢

مؤسسة الرياض
للوحات والقواطع الكهربائية الصناعية

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
وادي صقرة – مقابل بنك المؤسسة العربية المصرفية هاتف ٦٣٥١٩٤

شركة محمد حمد عبد الهادي واولاده

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
سحاب – شارع عمر بن عبد العزيز
هاتف ٧٢٣٦٦٠

منشار المحسيري

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
ابو علندا – طريق الحزام الدائري
هاتف ٧٣٢٥٥٥

مؤسسة عيسى رزق المصري
للتجارة والمقاولات الاردنية

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
مقابل السفارة التركية
هاتف ٦٤٤٩٩٦

شركة عمر دراز للمفروشات

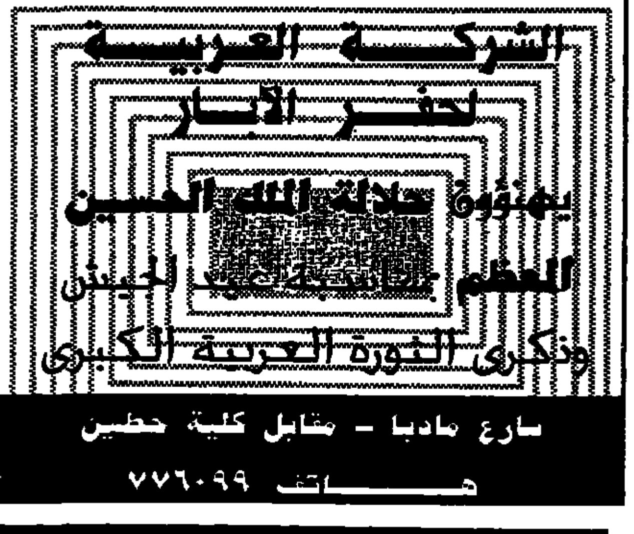
يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
الوحدات – شارع مادبا
هاتف ٧٧٦٨٣٣

لتجارة السيارات
معرض هشام خالد السرع

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
الزرقاء – المنطقة الحرة
هاتف ٩١٦٢١٨

مصنع النيل للتريكو والديولين
لصاحبه عبد الحميد خليل الجدع

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
عمان – ماركا الشمالية – مقابل بنك الاسكان
هاتف ٨٩٤٢٣٩



مؤسسة حلب الشهباء

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
شارع كلية حطين – مجمع ابناء عمر البنا
هاتف ٧٧٧١٨٧

شركة فايز عامر الجبالي وشركاه

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
ماركا الشمالية – مقابل المستودعات الطبية – هاتف ٨٨٨٩٢٩

معرض جمال سلطان

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
وسط البلد – سوق الحلواني هاتف – ٦١١٣٦٢

شركة عالم الاطارات المساهمة المحدودة

يهنؤون جلالة الملك
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
شارع المحطة
هاتف ٦٥١٩٣٨

مستودع البواب
لصاحبه سامي خليل البواب

يهنؤون جلالة الملك الحسين
المعظم بمناسبة عيد الجيش
وذكرى الثورة العربية الكبرى
الزرقاء – المنطقة الحرة
هاتف ٩١٦٤٤٠

د . هاني الراهب يشخص الحاجات الأساسية في الوطن العربي

قدم د هاني الراهب محاضرة قيمة عن "حاجة الإنسان العربي للثقافة والفنون" بدأ محاضرته بمنطلقات اولى حاول فيها تحديد مفهوم الثقافة فقال ان الثقافة هي منظومة الإنتاج والإبداع الفكريين والفنيين التي تميز قوما عن الأقوام الأخرى بدون ان تفصلهم عنها ولقد مر على العرب كما مر على شعوب العالم عهد كان فيه الإنتاج الثقافي رفيع في متناول يد الجميع فبوسع اي عربي في الجاهلية ان يستذكر او يتلو شعرا لمائة شاعر مثلا او حكم الكثير من الحكماء ويمكننا ان نقول شيئا مماثلا عن العصر العباسي الأول ايضا وعن المواطن العادي في الإتحاد السوفياتي واليابان .

اننا امام حالة بينة من الإرتواء الثقافي اما حالة النواتج الرفيعة التي لا تبدعها ولا تتذوقها الا فئة محدودة من الناس داخل المجتمع الواحد فهي تعبير عن حاجة الإنسان عربيا كان ام غير عربي الى الثقافة . واستطرد الراهب في تحليل حالة الإرتواء الثقافي التي لوعز سلبيتها الى حالتين الأولى استقطاب ثقافي تتغلق بسببه الثقافة الى مجرد بنى فوقية منقطعة التفاعل مع البنى التحتية والتأثير فيها فعندما ينحصر الإنتاج الثقافي في فئة معينة دون غيرها من جماهير الناس تكون الحالة الحضارية لهؤلاء الناس معطوبة ويكون العطب اشد ايلاما عندما توجد جماهير غفيرة تطلب على اختلاف مستوياتها وتفكيرها زاد ثقافيا لا تنتجه حياتها القومية .

إن هذا الوضع هو الذي نراه سائدا لأن في الوطن العربي وهو ما تعنيه لنا عبارة الحاجة الى الثقافة والفنون ، ان ثمة جماهير عريضة من الفئات المتوسطة ومن شرائح لا بأس بها من الطبقة الدنيا تتطلع الى زاد ثقافي متنوع الميادين ويخيل الينا انه لا يمكن من حيث المبدأ ان توجد حالة بشرية في التاريخ يكف فيها الناس على اختلاف طبقاتهم عن التطلع الى التزود بالثقافة حتى البنى التحتية للمجتمع تتطلب بالضرورة بنى ثقافية من نوع ما وإذا لم يستطع الإنتاج الثقافي لشعب ممن الشعوب ان يزود هذه البنى البشرية بثقافة فاعلة قادرة على تقديم نسق من الحقيقة والتفسير اضطرت المخيلة الشعبية الى ابتداع نسق بديل قد يكون اقرب الى الغيبية والأسطورية نه الى تقديم الحقيقة والتفسير وانكفأت داخله معتقدة ان حاجتها الى الزاد قد لبيت .

وحدد د . الراهب النظور القومي الذي يمكننا ان نرى عبره الإنسان العربي في تقديرنا ان مساحة في التاريخ وبنية ثقافية وروحية ، وبعدها استطرد الدكتور هاني الراهب في البحث المفصل عن تاريخ وهوية الإنسان العربي فدخل في تاريخ ما قبل البلاد سترشدا بضوء عدد من الدراسات والأبحاث في هذا المجال لمعرفة العمر الثقافي للعرب ، وقد خلص د . الراهب في بحثه القيم الى نبذ فكرة المقولة العرقية التي تحيط الإنسان العربي خلال الإشارات والدلالات التي كانت تسود المعتقدات والأفكار والثقافات السائدة لحضارات الهلال الخصيب ووادي النيل واسبغ عنصر الوحدة الثقافية من خلال مسار الموروث الثقافي البدائي وحتى انبثاق نور الإسلام ورأى ان المتابع لأنماط السلوك والتفكير العربية المعاصرة يمكنه بسهولة ان يكتشف انه لا الجاهلية ولا البابلية ولا الفرعونية ولا الفينيقية ولا السبئية قد بادت واندثرت وإنما ما يزال الكثير من انساقها وانماطها حيا في شخصيتنا وتعاملنا ، عالم الجان والأولياء والخرافة والعقار الشعبي والشرف والعصبية والثأر وقوة الكلمة والحسد وكثير غيرها مما نجده في سيرة سيف بن ذي يزن مثلا .

ورأي د . الراهب ان هناك إشكالية يواجهها المؤسسون من اجل نظرة الى الإنسان العربي بإعتباره مفهوما ثقافيا وهي وجود تمايز واضح بين المفهوم الثقافي للإنسان العربي الذي تجسده الحياة الشعبية التحتية للجماهير العربية ، ووجد ذلك مجسدا في الثقافات الفرعية التي قسمت جغرافيا الى الهلال الخصيب ووادي النيل والجزيرة العربية والمغرب العربي وهو نتاج حتمي للفجوة بين الثقافة الفوقية والثقافة الشعبية ورأى الباحث ان هذه الفجوة ستخلق ظواهر ثقافية اكثر إنفصالية تعزز الواقع التجزئي السياسي للوطن العربي في الوقت الذي يتفق فيه الجميع على ان الزمن يتقدم الى الأمام مخلفا وراءه العرب بعدة مئات من السنين في السياسة والمجتمع والوعي بالذات والآخر والتاريخ وقد اثبتت الظروف التاريخية والحضارية حاجة العربي الى ثقافة تنتمي لإحتياجاته الأساسية فليس جديدا ان نعرف ان الشخصية الثقافية العربية جنحت الى الهجوم والتعطل منذ عهد لا يقل عن بداية الإحتلال العثماني للوطن العربي ومنذ ذلك الحين وافضل ما عندنا ينتمي الى الماضي وهذا الأفضل لم يعد كافيا لتلبية ضرورات التطور والتقدم بل والبقاء التي تفرضها سيرة التاريخ والحضارة .

جهد هذه الورقة ينصب يستطرد د . الراهب في توصيف وتشخيص مجالات الحياة الثقافية العربية فهذه الحياة تعيش الآن ما يشبه حالة الطوارىء بسبب فقدان البلازما الثقافية اللازمة لإستمرار الإنتاج الثقافي الحضاري وان هذا التوصيف يؤدي الى مسلمة اساسية هي ان حاجة العربي الى الثقافة والفنون حاجة تقترب من إعادة صياغة الهوية القومية للإنسان العربي ، ثم غاص البحث في تشخيص دقيق ومهم للحال الثقافي السائد وبدقق في اوجه الخلافات والفجوات التي تقف عقبة امام هذا الإنسان العربي الذي يقف متأخرا في طابور عصره وحضارته .

بعد اطلاق قمر التجسس الاسرائيلي أفق -٣
الأمن القومي الى أين ؟

بعد نجاح اسرائيل في اطلاقها قمر التجسس أفق -٣ والمخصص للعمل في مدارات منخفضه يتراوح ارتفاعها بين ٣٠٠ - الى ٧٠٠ كم .. فوق سطح الارض في دوره تغطي المنطقه العربيه من الشرق الى الغرب وعزمها على اطلاق ثلاثة اقمار صناعية أخرى في الفتره المستقبليه ليتوافر لديها شبكة معلومات استراتيجية وعسكريه كامله وبات حجم الخطر الذي تواجهه الامه العربيه أمرا يتطلب التحرك الجاد .

ومن هنا نتساءل ويشكل مشروع من منظور وطني وقومي في الافق الابعد ؟ وتحديدا ماذا ينبغي على العرب أن يفعلوه ؟؟

يجيب أحد المختصين في الشؤون الاسرائيليه بالخارجيه المصرية . أن برنامج أبحاث الفضاء العربي قائم وموجود بالفعل وحسبما تؤكد وسائل الاعلام . فإن لهذا البرنامج دور فعال ولكن من ناحية الاستخدام السلمي ونحن إذا نظرنا الى أنفسنا كعرب لن نجد قصورا في امكانياتنا لجهة امتلاك قمر صناعي عربي مضاد . لا من الناحيه الفنيه والتقنيه ولا الماليه.

مما علينا فعله أولا وضع هذه المسأله في إطار العمل العربي المشترك والمشكله أن العمل العربي المشترك بصفه عامه سواء من الناحيه السياسيه او الاقتصاديه ليست في صحه جيدة ولا جدال على أن الأمن القومي العربي وكيفية حمايته متوقف على حجه العمل الاقتصادي والسياسي العربي المشترك وأذكر إن هذا الموضوع لأهميته ، كان أحد الموضوعات المطروحه على جدول اعمال القمه العربيه في عام ٩٠ ولكن حدثت النكسه المتمثله في حرب الخليج الثانيه واحتلال الكويت واعتقد أن هذا الاحتياج لا يقل ابدا في خطورته عن أي حرب من الحروب التي قامت بين العالم العربي واسرائيل فكيف يكون الحديث عن العدو الاسرائيلي .

وسيبقى على الحدود يجاهر بعدائه لي ؟ هذه هي الكارثة التي أوت الى شرخ كبير ، لم تبدأ الامه العربيه اشكالياتها حتى الأن ولكن يجب أيضا أن لا نغفل أن محاولات رأب الصدع مستمر ودون يأس في نهايه للحد الادنى من الاختيارات المشتركه للحفاظ على الأمن العربي وبهذه الطريقه يمكن ايصال الرساله الى الاسرائيلين بضرورة عدم التلويح بالقوه الاسرائيليه خاصه النوويه منها . وهي موضه للصحف هذه الايام ، فالسلاح النووي الاسرائيلي لم يمنع من العالم العربي ومصر وسوريا بالذات من خوض حروب مشتركه ضد اسرائيل وإن كانت اسرائيل مهتمه مع جيرانها العرب في المستقبل ومن خلال مستقبلها المهزوز فعليها أن تتخلى عن هذا الاسلوب هذا من جهة ومن جهة اخرى علينا نحن ان لا نقلل من إمتلاك إسرائيل لهذه القوة او القدره التكنولوجية والتي اطلقت على اساسها قمر التجسس افق ٣ فالمسأله المطروحه الآن هي ضرورة مستقبل شرق اوسط خالي من عمليات إثارة الشك إن إسرائيل نفسها تؤكد أنها لن تكون بغنى عن الاقمار الامريكية حتى بعد اطلاقها أفق ٣ كوسيله من وسائل الردع العسكري.

ومن هنا لابد أن يكون هناك تعاون وتكامل بين دول الوطن العربي وأن تسعى الى الوصول لامتلاك أحدى وسائل الاتصال فقد تم الانتقال من عصر الاعلام الى عصر المعلومات السريعه ولا يجب ان نكون مستوردين لتكنولوجيا وانما علينا مواكبة هذا التطور . إذن في النهايه يصبح هذا التساؤل هو الاساس . هل نحن جزء من تكنولوجيا الفضاء الأن أم لا ؟ وفي ضوء الاجابة يمكننا حمايه الأمن القومي العربي من جميع الأخطار الخارجيه أو تركه تحت رحمة الأخرين؟؟

النظرة الإستراتيجية للمياه في المنطقة العربية

يعتبر الماء عنصرا حيويا هما لجميع دول العالم فإن الله سبحانه وتعالى قد ذكر في كتابه الكريم أنه من الماء قد جعل كل شيء حي ، ولا يتوقف هذا الأمر على المخلوقات ل كذلك يشمل الحضارات القائمة على وجه الأرض حيث لم تقم حضارة فيما سبق إلا على مصدر مائي عذب ودليل ذلك الحضارات التي قامت في بلاد وادي الرافدين ووادي النيل ، كما زالت كثير من الحضارات او إنتقلت الى مكان آخر سبب زوال الماء من المنطقة .

وفي الوقت الحالي في المنطقة العربية قد زادت اهمية الماء بصورة كبيرة ، فإن اهمية الماء في المنطقة العربية تبدأ كورقة ضغط سياسية حيث يستخدم للتأثير على سياسات بعض الدول العربية ، ومرورا بالتأثير الإقتصادي على دولة باكملها وإنتهاءا بالتهديد المباشر بتدمير شعب ومحاولة إزالة وجوده او الحد من وجوده على اقل تقدير .

في منطقتنا العربية فالبرغم من وقوع كل الدول العربية على البحار والمحيطات إلا ان المياه العذبة تعتبر مشكلة حقيقية لكافة الدول العربية بصورة عامة وللدول القريبة من إسرائيل بصورة خاصة كما أن اكثر مصادر المياه العذبة تقع خارج الدول العربية ، فنهري دجلة والفرات تقع مصادرهما في تركيا والنيل مصادره في إثيوبيا ونهر الأردن مصدره في إسرائيل .

لقد كان إعتماد الدول العربية في الحصول على المياه العذبة منصب كله على المصادر الطبيعية للمياه وهي مياه الأنهار والأمطار والآبار ، وقد كان الإعتماد على هذه المصادر بدرجة إتكالية معنى ذلك ان العقل العربي في المنطقة كان متوقفا على كيفية إستغلال مياه هذه المصادر فقط ولم يتطور او لم يحاول البحث عن مصادر أخرى للمياه العذبة او إتباع وسائل أخرى للحصول على المياه مثل إستمطار الغيوم او مشاريع تحلية مياه البحر وغيرها ، إن هذا الوضع لم يكن مشكلة فيما مضى ولكن الآن الوضع يختلف فعدد النفوس في الوقت الحالي قد زاد كثيرا وزادت كمية الماء المستهلكة ، كما زادت مساحة الاراضي الزراعية وفوق كل هذا فقد زادت كمية المياه المهدورة بدون فائدة وسبب كل ذلك هو ان المياه التي تغذي المنطقة العربية تأتيهم دون ثمن او دون مقابل ، وفي الوضع الراهن فإن اهمية الماء قد زادت بدرجة ملحوظة فقد حدثت بسبب المياه ازمات إقتصادية مثال ذلك تحكم سورية بنهر الفرات بإنشاء سد طبرية عليه مما ادى الى حصول فجوة بينها وبين العراق بسبب نهر الفرات ، وكذلك قيام تركيا بإنشاء سدود على روافد نهري دجلة والفرات مما يؤثر على كل من العراق وسورية من الناحية الإقتصادية كما حصلت ازمة سياسية بسبب المياه بين إسرائيل والدول المجاورة لها ومحاولة إسرائيل لإستعمال المياه كورقة ضغط سياسية وعسكرية في المنطقة المحتلة والمناطق المجاورة لها ، وليس ببعيد ان الأزمة الإقتصادية قد تتحول الى سياسية اوعسكرية في المستقبل كما ان من المعروف ان تركيا تسعى بمشاريعها المائية الحديثة لمقايضة الماء بالنفط العربي وفيما يخص الأزمة الإقتصادية الحاصلة مع تركيا والدول المجاورة فإن الرئيس سليمان ديميريل قد صرح بأن المياه تنبع من تركيا وليس من حق لاحد ان يبلغ تركيا عن كيفية التصرف في مياهها لأنه بالمقابل فإن هناك حقول النفط تنبع في كثير من الدول العربية ولا تتدخل تركيا في كيفية إستعمالها .

وبالنسبة لنا نحن فإن كلام الرئيس التركي صحيح وموقفه سليم ، لأننا لو كنا مكان الرئيس التركي لتصرفنا هذا التصرف ، إذن فالخطأ ليس من تركيا وغيرها لأن الوضع الحالي هو وضع إستغلال ومصالح فكل دولة تستغل إمكاناتها لأجل الإستفادة من الدول الأخرى كما ان كل دولة لا تقيم علاقات مع دولة إلا لتعزيز مصالحهم مع بعضهم البعض ، فمعنى كلامنا السابق ان الخطأ الحاصل هو ليس خارجيا وإنما داخليا ، اي الخطأ ناتج من الدول العربية وسببه الحكومات العربية بالدرجة الأولى ثم العقل العربي بالدرجة الثانية ، فإن الحكومات العربية قد كان إعتمادها بصورة كلية او إتكالية إذا صح التعبير على المصادر الطبيعية للمياه ، ولم تحاول إيجاد مصادر اخرى بديلة اوحتى لم تحاول دعم العقل العربي للتفكير في هذه المسألة تفكيرا إستراتيجيا بعيد المدى اللهم إلا بعض الدول العربية التي عانت من المشكلة بادىء ذي بدء مثل دول الخليج العربي كالكويت التي قامت بجلب محطات لتحلية مياه البحر ، اما العقل العربي فقد كانت كل ابحاثه او اغلبها ذات نظرة آنية ولم تكن ذات نظرة إستراتيجية مستقبلية لذلك فإن العقل العربي لم يحاول ان يجهد نفسه في أن يبتكر ابحاث مستقبلية يتم تنفيذها على المستقبل البعيد اوقد تضطرنا الظروف الى اللجوء اليها كما هو الحال في الأزمات الإقتصادية والسياسية الحاصلة في الوقت الراهن .

وقد يقول قائل ان عملية تحلية مياه البحر وإستمطار الغيوم باهظة التكاليف وتحتاج لعلوم وتكنلوجيا متقدمة ، وهنا نقول له ان كل التكاليف الباهظة قد لا تكون إلا جزءا بسيطا ممن الخسائر الزراعية او الصناعية او حتى البشرية إذا ما حصل نقص شديد في كمية المياه بسبب أزمة دولية او بسبب طبيعي كما ان المردود لهذه التكاليف قد يكون كبيرا جدا يفوق كمية التكاليف نفسها او إن ما كان باهظا بالأمس قد يصبح لا قيمة له اليوم

العروبة (الإسلام) والأحزاب العربية

لأسباب متعددة ليس بحثها هو موضوعنا الآن تكونت المجتمعات عبر التاريخ واخذت شكل الشعوب والأمم المتميز بعضها عن بعض في المضامين العقائدية والفكرية التي تحكم حياتها المجتمعية الإجتماعية والمادية بحيث اصبح لكل امة بالمعنى العربي المجتمعي للكلمة ثو لكل (قومية) كترجمة لكلمة NATION) الأوروبية) شخصيتها الحضارية الخاصة التي تكونت عبر التطور الفكري الخاص بها لتمثل بذلك تراثها الحضاري (الفكري والعلمي ومحصلة التفاعل بينهما) في الحل المجتمعي لمشاكل تطور العلوم وتطور العلاقات في المجتمع .

فالفرق بين الأمة العربية والأمة الألمانية مثلا هو في الشخصية الحضارية التي صنعها مسار التطور الحضاري لكل منهما عبر التاريخ اما جوهر الشخصية الحضارية فهو جوهر الفكر الذي قاد بتطور حل المشاكل المادية والإجتماعية والمسائل الفكرية الناتجة عنها وبذلك تكون الشخصية الحضارية للفرد في الأمة او للأمة بمجتمعاتها في كل لحظة من لحظات المسار الحياتي لها هي محصلة التراث الفكري للأمة وهذا يعني ان وضوح الشخصية الحضارية يتمثل بمقدار وضوح الإنتماء العقلي والوجداني لهذه الشخصية الحضارية في الفرد وفي الأمة لأن وضوح الإنتماء هو الذي يقود الى وضوح الممارسة ووضوح مسار حركة التطور المستقبلي للفرد وللأمة بتوازن تفاعلي بين الوجدان والعقل وبين محصلة الماضي المتمثلة بما هو قائم واهداف المستقبل بما هو قادم .

كذلك فإن هذا الوضوح هو الذي يحقق الإخصاب التفاعلي للشخصية الحضارية للأمة دون تشويه او إلغاء لها او إنسلاخ عنها في مجال التعامل مع الحضارات الأخرى فتستمر حركة النمو التطوري للشخصية الحضارية للأمة بدون ارتباك او انحراف وهذا يتطلب عمق وشمولية مهم لأفراد المجتمع للشخصية الحضارية التي ينتمون اليها .. وبذلك فإن اكبر خطر تواجهه الشخصية الحضارية للأمة هو إنحطاط مستوى فهمها لعمق وشمولية الفكر الذي تنتمي اليه الشخصية الحضارية هذه لأن مثل هذه الحالة تحقق الإرتباك والشطط وقد تصل الى الإنسلاخ عن الذات اذا كانت محاولات النهضة هذه تتم بالتعامل مع افكار الحضارات الأخرى .. تعاملا تسخيا مصحوبا بالإنسلاخ عن الذات الحضارية للأمة كما هو واقع الأمة العربية منذ لواخر القرن التاسع عشر حتى الآن .

لما كانت الكلمة المكتوبة هي التي تحفظ للأجيال المتعقبة التراث الفكري للأمة .. والإنسانية .. ولما كانت الكلمة بذلك هي وعاء حضاريا للمضامين الحسية والفنية والفكرية والعلمية للتراث الحضاري للأمة ماضيا ومستقبلا .. ولما كانت الكلمة هي اهم اداة للتعبير عن احاسيس وتفكير الإنسان وبالتالي اهم اداة للتعبير عن تراث الأمة الحضاري واهدافها المستقبلية .. ولما كان الفكر هو الذي يحدد مستوى رقي الفعل المادي وبالتالي هو مقياس رقي المجتمع ونهضته .. فإن هذا يعني ان الحديث والكتابة باللغة العربية يعني التفكير من قاعدة الفكر العربي وهذا يعني ان التعامل الفكري العربي مع الحضارات الأخرى يجب ان يكون من قاعدة التفكير العربي ويهدف اخصاب الفكر دون الغاء لجوهره او الإنسلاخ عنه ويهدف اخصاب الشخصية الحضارية العربية دون الغاء لجوهرها او الإنسلاخ عنها .

وهذا كله يعني ايضا قدسية الكلمة وعدم جواز العبث بها لأن مثل هذا العبث ان وقع لا يلغي المصداقية الفكرية للكلمة فقط ولا يلغي التوازن التفكيري في عملية النهضة فحسب بل قد يصل الى إحلال افكار اساسية متناقضة في مجتمع واحد ينتمي الى شخصية حضارية واحدة وعندها لا يقع او يستمر الإنحطاط فقط .. بل ينحرف مسار الحركة الفكرية وينحرف معه مسار حركة الفعل المادي والأخلاقي والمجتمعي والإنتاجي للفرد والمجتمع والدولة .. ويقع الخلل في شخصية الأمة بما يحدث من إنفصام بين العقل والوجدان بين الماضي والمستقبل ، بين القاعدة الشعبية العريضة وقياداتها الفكرية والفكرية السياسية والسياسية وتصل الأمة العقلية والوجدانية في الأمة فترتبك الحالة الحقوقية في المجتمع وتتخثر فاعلية القوى القائمة فيه وتتعطل فاعلية الأمة لتعطل فاعلية تراثها وحركته في صنع مستقبلها فتصبح مطمع الأعداء لما يوقعه فيها الإنفصام من ضعف وإرتباك وعجز عن إتخاذ القرارات الصحيحة فيعم الفساد والإنحلال الذاتي وينحسر الفكر عن موقع قيادة السلوك المادي للأفراد والمجتمع وتصبح الحاجات العضوية والغرائزية هي القائد المجتمعي وتصبح المنفعة الأنانية هي مركز التفكير والتنبه الفردي وهذا يقود بدوره الى ظهور حق القوة بديلا عن قوة الحق القائم على العدالة .. القائمة على الفكر المنتمي الى الشخصية الفكرية للتراث الحضاري للأمة ولعقيدتها .

إن سوء إستعمال الكلمة ونتائج العبث الفكري المترتب على ذلك له امثلة واضحة في تاريخنا العربي الحديث ذلك ان الذين نقلوا الثقافة الأوروبية وخاصة الفرنسية والألمانية من الطلبة الجامعيين العرب منذ عام "١٨٨٠" نقلوا الى المجتمع العربي الفكر القومي العنصري كبديل للتراث الفكري العربي الإنساني بنسبة او بأخرى وبشكل او بآخر ، ومنها : الإستعارة الإنسلاخية للقوانين والفكر الرأسمالي الأوروبي (في النصف الأول من القرن العشرين) المتناقض مع التشريع والفكر العربي .. وخاصة موضوع فصل الدين عن الدولة بالمفهوم الأوروبي وما ترتب على ذلك بالذات من ارباك اساسي لفهم الإسلام في حملة الفكر القومي العنصري الأوروبي ، ومنها : الإستعارة الإنسلاخية للعقيدة الشيوعية .. ثم التراجع عن العقيدة وإستعارة تفاصيل العقيدة (فكرها وانظمتها) منفصلة عن عقيدتها وكل ذلك متناقض مع جوهر الحضارة العربية وتراثها الفكري والتشريعي ومنها : ما ظهر مؤخرا من رفض للرأسمالية واخذ بمبدأ فكراو تفكير يجمع بين الإسلام والشيوعية كردة فعل سائجة جدا للربط بين قوة الرابطة الدينية التي ظهرت في إيران بقيادة الخميني وبين منهج التفكير الماركسي او الشيوعي وإصرار بعض القوى المنتمية الى اليسار الحائر بين ذاته وما حوله على التمييز بين المنهج الماركسي وبين الشيوعية والجمع بين القومية والماركسية التفكير بعيدا (!!) عن الشيوعية (؟) .

وفي ذلك سطحية بالغة وعبث فكري مؤلم نتيجة عدم ادراك للتناقض الأساسي والجذري والجوهري بين الإسلام والرأسمالية والشيوعية على مستوى : -

• العقيدة الكلية عن الكون والإنسان والحياة .

• والأفكار الأساسية المنبثقة عن كل من هذه العقائد بما في ذلك النظرة الى الإنسان والفرد والمجتمع والطبقة والسلطة والحق والإلتزام والمواطنية والمثل الأعلى . .

• والنظم والقوانين المبثقة عن هذه الأفكار ،

• والقيم المجتمعية للفعل المادي للإنسان والفرد والعلاقات والمجتمع والدولة وعلاقات كل منهما بالآخر وواجبات وحقوق كل منها تجاه الآخر .

اي تناقض في المقياس الفكري للخير والشر والحق والواجب والعدل والإلتزام وكل نواحي السلوك الإقتصادي والإجتماعي والقيمي المجتمعي واهداف الفعل المادي للفرد والمجتمع والدولة في ساحات الفعل المحلي والدولي ، إن وحدة العقيدة والفكر والنظم والقيم المجتمعية والمقياس الفكري لحركة الفعل المجتمعي وتكامله وتناغمه التشريعي هي ضرورة حتمية لتحقيق تكامل وإنسجام الشخصية الحضارية للمجتمع وهذا بدوره ضرورة حتمية لنهضة المجتمع وإستمرار هذه النهضة الى الأفضل بإستمرار في المستقبل . إن مجتمعنا يجمع كل التناقضات التي اشرنا اليها ويمثل في الحقيقة مجتمعنا متوزع القوى متناقض القيم وتتشتت فيه حركة الفعل المجتمعي لتصبح محصلة قوة النهضة فيه صفرا ، خصوصا في مجتمع امة كالامة العربية التي تمثل شخصيتها الفكرية والعقائدية إنتاجها الفكري الذاتي التي جعل منها امة اولا وجعل منها احد رسل الحضارة الإنسانية في التاريخ الإنساني ثانيا فلم تكن كالشعوب التي اخذت من غيرها عقيدتها وافكارها بشكل او بآخر . بفكرها وسلوكها مجتمعا ودولة وافراد الى حالة من إنعدام الوزن والتعدد الإنفصامي للشخصية

بيان صادر عن مجلس نقابة الصحفيين

وردتنا المذكرة التالية من نقابة الصحفيين :-

بسم الله الرحمن الرحيم

نقابة الصحفيين - عمان

تابع مجلس نقابة الصحفيين التطورات التي استجدت حول مشروع نقابة الصحفيين الذي إنفردت وزارة الأعلام بوضعه ، وآلم المجلس ان البيان الذي اصدره يوم ٩٦/٥/٢١ وطالب فيه السيد وزير الأعلام بوضع المجلس في صورة هذا المشروع لم يلق آذانا صاغية حيث باشر مجلس الوزراء يوم الثلاثاء ١٩٩٦/٥/٢٨ بمناقشة مشروع القانون المقترح دون ان تتاح لمجلس النقابة الفرصة للإطلاع عليه او الطلب منه إبداء اي ملاحظات على هذا المشروع .

كما ان مجلس الوزراء واصل مناقشة المشروع يوم السبت ١٩٩٦/٦/١ وتم إقرار تسع عشرة مادة منه من اصل ٤٨ مادة وفي هذه الأثناء فوجىء الوسط الصحفي بنشر مشروع القانون المشار اليه في جريدة الدستور يوم السبت ١٩٩٦/٦/١ وقد بدا من المطالعة الأولية لهذا المشروع انه يهدف الى القضاء على نقابة الصحفيين وتحويلها الى مجرد جمعية او رابطة للمتعاملين مع الصحافة وعدم إعتبارها مهنة كبقية المهن ، الأمر الذي يهدد بنشوء حالة من الفوضى والتسيب والتشرذم في الوسط الصحفي وهو ما يسيء الى الرسالة السامية لمهنة الصحافة ويكبل نقابة الصحفيين ويمنعها من اداء واجبها في تنظيم المهنة والدفاع عن حقوق منتسبيها وحماية المجتمع من التجاوزات وهو ما يتعارض مع طروحات الحكومة في إعادة هيكلة قطاع الأعلام والصحافة وإستقلالية مؤسساته .

إن مجلس نقابة الصحفيين في ضوء كل ما تقدم يعلن رفضه الكامل المشروع المطروح النقاش امام مجلس الوزراء ويدعو مجلس الوزراء الى التريث في مناقشة مشروع القانون وإقراره في إنتظار إشراك النقابة الجهة الرئيسية المعنية بالقانون لأخذ رأيها وإبداء ملاحظاتها قبل تحويله الى مجلس الأمة . ويحتفظ مجلس النقابة بحقه في إتخاذ الإجراءات والأساليب القانونية التي يراها مناسبة للحفاظ على النقابة ومهنة الصحافة .

مجلس نقابة الصحفيين

الضوضاء خطر إحترس منه

ضجيج الشوارع والجيران المزعجون وازيز الطائرات تسبب مشكلات في السمع وامراضا خطيرة تحاصرنا الضوضاء في كل مكان ففي العمل لا ينقطع رنين جرس الهاتف واصوات الآلات المختلفة سواء في المكتب او المصانع ونحن في طريقنا من البيت الى العمل او العكس ، تصم آذاننا محركات السيارات والشاحنات والدراجات النارية وعندما نصل الى المنزل نأمل في قليل من الهدوء ولكن سرعان ما يتلاشى هذا الحلم مع تشغيل بعض الأدوات الكهربائية المنزلية مثل الغسالات والخلاطات وازيز الطائرات التي تشعر انها ستقلع سقف المنزل وإذا ما اخذنا مشكلة الضوضاء بجدية فاننا سنجد ان التعرض لمعدل عالي من الضوضاء يمكن ان تسبب مشكلات من السمع وامراضا تتراوح بين الصداع وقرحة المعدة وبين السكتة والأزمة القلبية .

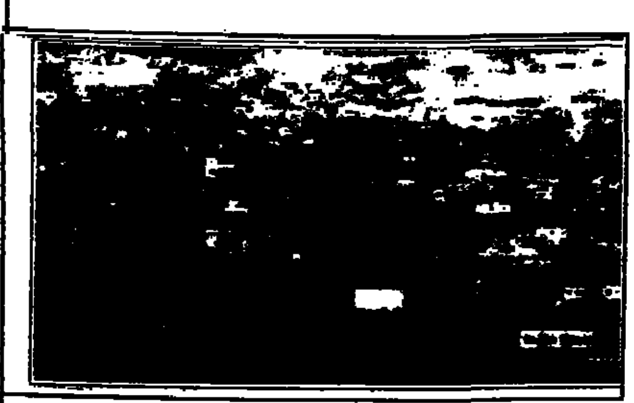
وفي الماضي كانت الضوضاء من المشاكل التافهة اما الآن فإن بعض الخبراء يحذرون من خطورتها ، واظهر إستطلاع جرى اخيرا في بريطانيا ان نحو ٣٠٪ من الذين تم إستطلاع ارائهم يعانون من تأثيرات سلبية نتيجة للضوضاء في الشوارع بينما شكا ٢٢٪ من الجيران المزعجين وقال ١٦٪ انهم يعانون من ازيز الطائرات بينما شكا ٤٪ من ضوضاء القطارات . ورغم ان معظمنا يتعامل مع مسألة السمع باعتبارها امرا مسلما به فإنها في الواقع عملية غاية في التعقيد فلولا تقوم صرقه الأذن بتجميع الصوت وتوجيهه نحو طبلة الأذن ثم تقوم الأذن الوسطى بتحويل حركات الطبلة الى ذبذبات تتحول بدورها الى نبضات كهربائية عندما تصل الى الأذن الداخلية حيث تقوم الشعيرات العصبية للجهاز العصبي بنقل هذه الإشارات الى المخ حيث تعالج الغطاء السمعي وهو المكان الذي يسجل فيه المخ الصوت ويقول مايكل مارتين مؤلف كتاب الأذن والسمع ان الأصوات العالية يمكن ان تؤدي الى خلل دائم للخلايا الشعرية الصغيرة الموجودة في الأذن الداخلية نتيجة للتحفيز الزائد لها ويمكن ان يؤدي ذلك الى فقدان القدرة على السمع .

والضوضاء سبب رئيسي لفقدان السمع عند الطبقة العاملة ويقول الخبراء ان الضوضاء تكون خطيرة عندما تزيد معدلاتها على ٨٥ ديسبيل لفترة تصل الى ثماني ساعات ويزيد الصوت عن ١٢٠ ديسبيل عندما تقف امام مكبر الصوت في ديسكو ويرى الخبراء ان خطر الضوضاء على السمع يعتمد على كثافة الضوضاء وفترة استمراره ويشير البعض الى ان تزايد استخدام اجهزة الإستيريو الشخصية تؤدي الى تزايد التعرض للصمم وتشير ابحاث ميدانية ان القلق اثناء النوم بسبب ازيز الطائرات او مشاجرات جيران مزعجين يؤدي الى تأثيرات عكسية على صحة الإنسان وهناك ابحاث تربط بين النوم المتقطع والحوادث المميتة وتقول ان اصحاب النوم المتقطع عادة ما يتعرضون لإغفاءات صغيرة اثناء اليقظة مما يؤدي الى اخطاء شخصية اثناء العمل كما يمكن ربط اضطرابات النوم بسلسلة عريضة من المتاعب مثل الإجهاد المستمر وخطر التعرض للأزمات القلبية .

وعندما نستيقظ في منتصف الليل على صوت شخصين يتصايحان او على عزف موسيقى مرتفع فإن اجسادنا تستجيب بشكل آلي ويدور فعل يتسم بالتوتر وهناك سلسلة من ردود الأفعال منها تسارع ضربات القلب وارتفاع ضغط الدم تباطؤ عمليتي الهضم والتبرز وزيادة بمعدلات الإدرنالين ومع استمرار التعرض للضوضاء لفترة من الوقت يزداد الخطر الذي يواجه صحتنا النفسية والبدنية ، ويربط خبراء الصم بين الضوضاء والإصابة بسلسلة من الأمراض بعضها خفيف مثل حب الشباب والبرز والصداع وبعضها خطير مثل ضعف نظام المناعة والسرطان والأزمات القلبية وثمة ابحاث علمية تشير الى وجود علاقة بين الضوضاء والإصابة بالمرض فالضوضاء يمكن ان تسبب في التهاب غشاء المعدة والمخ وإنقباض الأوعية الدموية وشرايين القلب .



عرب ال٤٨ ينجحون في انقاذ مسجد قيساريا



نجح علماء دين وشخصيات عربية في اراضي ال٤٨ في انقاذ مسجد كان قد تم تحويله الى بار ، حيث اسفرت حملة شعبية عن منع تقديم الخمور داخل احدى المساجد الواقعة على ساحل مدينة « قيساريا » .

وقالت مصادر اسرائيلية ان وزير البيئة الاسرائيلي يوسي سريد اصدر قرارا بإخلاء احد المقاصف الاسرائيلية التي اقيمت داخل مسجد قيساريا التي طرد اهلها خلال الحرب عام ١٩٤٨ والتي كان يقدم الخمور لنزلائه داخل حرم المسجد .

وكانت السلطات الاسرائيلية قد سمحت في الاونة الاخيرة لجمعية الاقصى العربية والتي انشئت قبل سنوات للدفاع عن المقدسات العربية والاسلامية داخل الخط الاخضر العام الماضي بإقامة صلاة الجمعة خارج حرم المسجد والقيام بحملة تنظيفات من حوله وقد شارك في هذه الصلاة الحملة ما يزيد عن الف عربي .

رجال مرور باللباس المدني في الأحياء السكنية

تزايدت في الآونة الأخيرة ظاهرة قيادة السيارات بسرعة جنونية من قبل بعض المراهقين والمراهقات داخل الأحياء السكنية وقيام هؤلاء بأعمال بهلوانية في بعض شوارع العاصمة حيث بدأت هذه الظاهرة تقلق راحة الناس وتزايدت حوادث السيارات ووقوع العديد من الضحايا .

دائرة السير وجدت انه من الواجب تكثيف الإجراءات الأمنية بحق هؤلاء المراهقين الذين لم يستطع اولياء امورهم ردعهم عن مثل هذه التصرفات لذلك تم في الآونة الأخيرة تكثيف عدد الدوريات ورجال المرور داخل الأحياء السكنية واعوان المرور باللباس المدني لوضع حد لهذه الظاهرة والى جانب ذلك اتخذت الدائرة عدة إجراءات قانونية بحق من يتم ضبطه عند قيادة السيارات بسرعة زائدة والتشفيط بها فسيتم حجز الرخصة ومبيت ليلة في المركز الأمني ثم يحال الى المحافظ ليوقع ولي امره على كفالة مالية بعدم تكرار ذلك وإذا عاد الى ارتكاب نفس الجرم يتم سجنه عدة ايام وتدفع الكفالة نقدا ويحرم من الرخصة لفترة معينة وقد يكون من العقوبات (حلق الشعر) حتى وإن كانت من الفتيات اللواتي يمارسن مثل هذه التصرفات .

هاي أيدي

تخلت الوزارات عن سياسة شراء السيارات وعمدت الى استئجارها من المقاولين او الشركات بعضهم لمعتبرها سياسة تقشف واستشهد بتعدد الاستخدامات خارج ساعات الدوام الرسمي الواسطة تنخر في عظمة التطوير الاداري .

لعل الذين كتبوا عن الواسطة قبلي ، والذين سيكتبون عنها بعدي يتفقون معي تماما على انها الارفع سلطه والاعلى مقاما انها قبل وفوق كل القوانين واللوائح والتعليمات والتفتيشات الباغتة والمداهمات المستعجلة انها حقا الامر الناهي بين ردهات ومكاتب الحكومة لا احد يستطيع ان ينكرها او يتعالى عليها وهي قبل هذا وذاك كالفيروس الذي ينخر في عظام التطوير الاداري ويساهم في عمليات التأجيل والتسويف في تحديث الادارة الحكوميه .

كلما يشعر المرء بالحيرة والامتعاض والتقزز حين تضطره الحاجة الى مراجعة احد المكاتب الحكومية في بعض وزارات الدوله ويجد نفسه وقد اصطف في طابور المراجعين ينتظر وعيناه تتنقلان بين الموظف وعدد من المراجعين الذين امامه فكلما انتهى واحد تنفس الصعداء وقالها قد شارف دوري ولكن يفاجأ بأن احدهم قد تجاوزنا جميعا نافخا كرشه وعلى رأسه ريشة وتدهش حينما تجد الموظف يعمل على تحيته بأدب جم وتقبيله قائلا تفضل ويبدأ الموظف على الفور بإنجاز معاملته وتوديعه والبشرات البالغة البحر .

في تقديري لا زال الحديث عن القضاء على الواسطه وهما ولكنه يردده المثاليون او اللاواقعيون وهي نموذج حي يمكن التعرف من خلاله على حاله الترهل والمرض المستوطن في الاجهزة المختلفه ان الذين ينادون بالاصلاح الاداري عليهم ان يعملوا اولا على خلق وعي عام بقيمة العمل وتقدير اخلاقياته والالتزام بدرجة عالية من الالتزام كارقى صفات التمدن وان العمل الحكومي قبل هذا وذاك خدمه تقدم بمقابل وهي ليست امتيازا لاحد ثم بعد ايجاد هذه الارضيه الهامه تبدأ تفصيل نظم اداريه ليست بعيدة عن التعقيد ليس الواسطه فيها منفذ او موطيء قدم .

مشكلة صراع الأجيال الدائم

المراهقة يقظة الحب في جسد رجل الغد وطفل

المراهقة مرحلة حساسة وعلى درجة من الأهمية في حياة جيل الشباب فهي عملية بيولوجية حيوية عضوية في تكوينها وظاهرة اجتماعية في ابعادها إنها مرحلة إنتقال من الطفولة الى الرشد والنضوج جسديا ونفسيا واجتماعيا ولذلك تجد للمراهقة في حالة ثورة دائمة وتمرد شامل دكدشي باحث متعمق في هذا المجال وله سلسلة اصدارات بعنوان تساؤلات الشباب هواجس المراهقين بالنقاط الآتية :-

* التوق الى تحقيق ذواتهم على اكمل وجه ممكن في مستقبل يأملون في ان يأتي مؤاتيا لتطلعاتهم وان تكون لهم كلمة ومساهمة في صنعه .
* الرغبة في الإعتراف بهم وبوجودهم الفريد وبمعاناتهم واحلامهم .
* الرفض لأن يعتبروا تكرارا للماضي ونسخة عمن سبقهم .
* المطالبة بحق ليس بخبرتهم الخاصة في ظروف جيلهم وإبتكار تعبير جديد عن قيم التراث الحضاري دون ان تستدعيهم الطريق سلفا وتنتزع المبادرة منهم بحجة خبرة الأجيال التي سبقتهم .
* الحاجة الى ان يؤخذوا على محمل الجد ولو لم يكونوا بعد متنتجين وأن تسمع اراؤهم ولو اتسم تعبيرهم عنها بشيء من الرعونة والنزق .
* الحاجة الى ان لا يبتعد الأكبر سنا عنهم ، فهم في حاجة اليهم وحتى الى معارضتهم ينجزوا بناء انفسهم بشرط ان يقبل اولئك بالدخول في حوار حقيقي معهم وان لا يتخذوا من سنهم او سلطتهم ذريعة لإسكاتهم .
* الإصرار على ان تولي حاجاتهم في شتى الميادين من اقتصادية واجتماعية وثقافية ونفسية وروحية الأهمية التي تستحقها ، وان يمنحها المجتمع مركز الصدارة في هواجسه وخططه ليشعروا انهم فعلا اثمن ما لديه كونهم امله في النهوض والنمو والتجدد .

الخلاف مع الأهل

اما اسباب الخلاف بين الأهل والأبناء فإنها من وجهة نظر الدكتور كوستي تعود الى ثلاثة عناصر رئيسية وهي الإختلاف بين الأجيال وإزدواجية الحب الأبوي وإزدواجية المراهقة .

تأبط شرا

الوحدة العربية

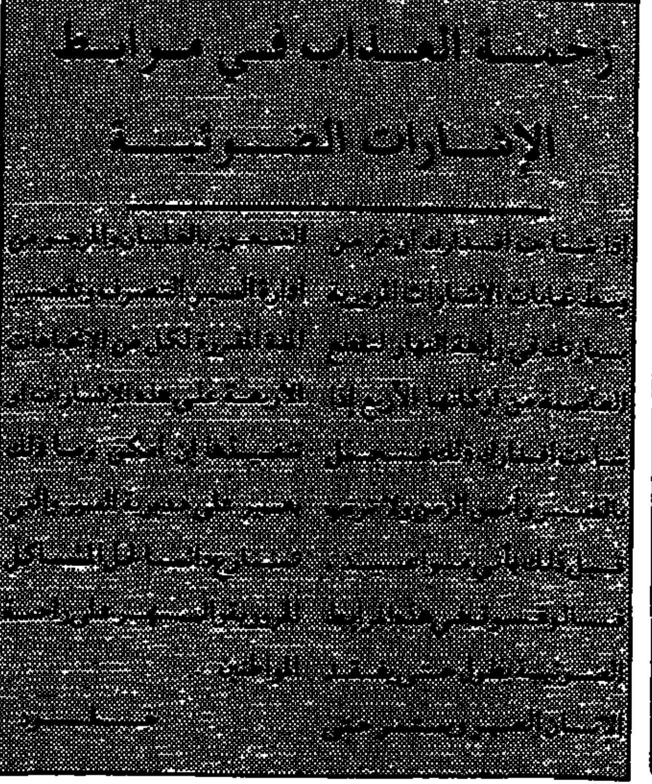
اللهم لك الحمد على نعمك ورحمتك بأمتك وعبيدك فقد اجزمت علينا العطاء والمحبه ونأيت عنا ذل التفرقه والهوان واسديت لنا المعرفه في جمعك لنا امة عربية واحده ذات رساله خالده متمرسه في صفوفها قويه في بنيانها

اللهم انك كشفت الحجب لعبدتك الراقصة الفانية سيما فانطلقت لسانها بالحق فوقفت في خنادق الصالات وصاحت في جمهورها والذي تجمع في كل قطر عربي هي الوحدة العربية ولا بلاش ؟

نعم هي الوحدة العربية التي جمعت ابناء هذه الامه على التصفيق والصفير والرقص والتمايل والتزاحم في تقديم عمله كل منهم تتطاير فوق رؤوس وممن يحملن ارقاما بالتناوب تسمح لهم بالرقص وبعضهن نصف عراه وبعضهن نصف مستور يتعاقب الستر والعري عليها تعاقب الليل والنهار تصاحبها موسيقى الديسكو الصاخبه لتملي سيما برأيها الخطير من الوحده هذه الوحده العربيه رائدتها سيما وقودها جمهور من المتدافعين حتى انطبق علينا المثل يجمعهم دف وتفرقهم عصا رحم الله هذه الوحده اذا كانت رائدتها سيما وعلى فكرة اغانيها ديسكو غربيه.

وهكذا سنضمن مستقبل الامة على ايدي كوكبة تتنامى على انغام سيما متشربه مبادىء الهز والرقص والتلويح والتمايل وصرخات تمثل بيانات الوحده والا بلاش .

عزمي سليمان



كيف نواجه غزو الستلايت

هناك اتجاهات متعددة تدعو بعضها الى المقاطعه الفوريه لهذه الصحون الجهنميه ، كما يقولون لانها تحمل العنف بأسوء اشكاله وصوره والجنس بكل ابتذاله . اضافه الى حملها لإخبار الدول المعاديه والتي تسيء الينا كعرب .

بل ويطلب بعض هذه الإتجاهات من المسؤولين الاعلاميين والتربويين وغيرهم بدراسة مدى تأثير هذا البث المعادي والذي يستبيح العقول في عقر بيوتهم ويستخف بقيمنا ويشوه تصرفاتنا أما الاتجاه المضاد والذي يواكب المستجدات فيدعو الى مواجهة هذا البث الهائل وحركة المحطات القسريه بأساليب يمكن بواسطتها وقف مثل هذا الغزو الثقافي والتعليمي المشوه لكنهم يضيفون القول بأن المسؤولين في كل الوطن العربي لم ينجحوا من قبل في وقف التأثير السيء لأشرطة الفيديو والكتب والمجلات والصحف المنتشرة هنا وهناك والتي في بعضها تتعمد خلق الاثاره والعبث بعواطف العامة والاستهتار بعقولهن والاستخفاف بكل القيم الاصيلة وترويج العنف والجنس المبتذل والتي لا يقل ضررها عن ضرر البرامج الموجهة من المحطات العديده والواسعة بل يمكن التصدي فعلا لكل هذا الكم الهائل المتدفق من الثقافات والقيم الوافدة والمحيطة بالمواطنين عبرة جميع وسائل الاتصال البشري ، فهل توقفت حماية الناس عن ان تنزعقولها وقيمها على البث التلفزيوني عبر المحطات الاجنبية .

ان الاتحاد السوفياتي بكل قوته وجبروته وتشدده الايدلوجي طوال عشرات السنين لم يصمد امام التأثير الاعلامي الغرب الرأس مالي بدليل التغيرات الجذريه والتى شهدها في السنوات الماضية وتفتيت دوله كقطع الزبدة من المحطات عبر الاقمار والتي لا تحتاج الى فيزا للدخول الى دولة كل منهما ولا تستأذن في الدخول الى اصحاب البيوت فيها فالصراع الدائر الآن في العالم هو في حقيقته ادت الى صراع فكرى ليس بالمفهوم التقليدي لهذه الكلمة بل نعني به الاتجاهات والمذاهب والايدلوجيات والقيم والعقائد وادارة هذا الصراع هي الاذاعة والتلفزيون والصحافة والكتاب فأمام تحول الكرة الارضيه الى قريه صغيرة بفضل وسائل المواصلات السريعة ، لم يعد بالامكان حماية اى مواطن من تأثير ثقافه ما عليه ما لم تكن لديه مبادىء ومرتكزات عقائدية قويه تبطل تأثير ما يتعرض له من رياح فكريه واعلامية مختلفه قد تكون مفيده له وقد لا تكون واذا كان اصحاب الاتجاه الاول والذين يرون في ذلك البث التلفزيوني ما يسيء الى اخلاقيات وعقول الناس ، فاننا نقول بأن هناك ايضا على المستوى المحلي برامج تلفزيونيه وصحافه وثقافة متعارضة مع اخلاقيات الناس وعقولهم فلماذا لا تتم الدعوة البلاد بوضع الاسس لبناء اعلام جديد ونظام تربوي متين كفيل ببناء اجيال قوية متماسكه صالحة ترفض كل ما يمس عقيدتها ومبادئها مما تفرزه الحضارة المعاصرة من سموم عكس المقاطعه والتي تبعدنا عن كل جديد ومواكبة المرحله بكل تقدمها وافرازاتها الايجابيه من هنا يمكن لنا القول بأننا يجب أن نوجه هوائيات اجهزتنا لنستقبل البث التلفزيوني حتى تكون على درايه بكل جديد ومعرفه ما يحيط بنا على كل المستويات .

أطعمة فاسدة واجهزة كهربائية بماركات مزورة

لا زالت ظاهرة العمالة الوافدة من دول عربية شقيقة تعمل الآن بشكل غير قانوني واللافت النظر ان هذه العمالة تتمركز في وسط العاصمة وخاصة يوم الجمعة وهم في تزايد مستمر . وقد افادت مصادر الأمانة بأن هذه الفئة من الفئات التي تمارس الأعمال الغير قانونية حتى في بلدانها وليست من الفئات التي تدعي انها مضطرة الى بيع ممتلكاتها وحاجياتها الشخصية بعد ان ضاقت بهم سبل المعيشة في الأردن كما يعتقد الكثيرون من الناس الى جانب ان اغلب المواد الغذائية والسلع التي يقومون ببيعها هي اردنية وليست من دول اخرى وتفوق اسعارها لدى هؤلاء الباعة اسعار المحلات التجارية المتواجدة بعضها في منطقة وسط العاصمة .

لكن كما صرح بعض اعضاء الأمانة ان اصحاب المحلات التجارية الإردنية استغلوا واستثمروا وجود هذه الفئات في الأردن وعرضوا عليهم القيام ببيع سلع اردنية مصنوعة محليا او مستوردة لصالح الأردن . فوافق معظمهم على ذلك واخذوا بعرض هذه السلع على الأرصفة وفي الساحات العامة واماكن تجمع المواطنين في مواقف السيارات التجارية بأسعار اقل من الأسعار التي اشتروها من الوافدين وقد دلت التحريات والتحقيقات المستمرة ان معظم الوافدين ليسوا من الفقراء او المحتاجين كما يعتقد البعض بل يتمتعون بأحوال مادية جيدة ومقبولة وليسوا من المتضررين او من الفقراء المحتاجين كثيرا بل وقسم من هؤلاء يعمل وبشكل يسهم في جمهرة المواطنين بهدف النشل والسرقة وخداع المواطنين .

ويؤكد ذوي الأمر في الأمانة بأنه من الصعب جدا السيطرة على وسط العاصمة يوم الجمعة حيث يفاجأ المواطنون بأعداد هائلة من الباعة المتجولين واصحاب البسطات الذين يتمركزون في كل مكان ويسعون الى بيع سلع وإحتياجات عديدة ليس من السهل عليهم بيعها في غير يوم الجمعة مثل الكلاب والقطط والحيوانات الأليفة وغير الأليفة والطيور والدجاج والدراجات وغيرها من السلع الأخرى وبعض هؤلاء يستعمل ذرائع إنسانية لتغطية عملهم الغير قانوني .

مكرهة سلوكية !

فخري قعوار

ثمة ولد صفيق في حارتي قد يصير مجرما يلوي الى السجون ان إستطاعت الشرطة اليه سبيلا وقد يصير عبقريا فذا يرشد ابناء وطنه الى الخير والهداية والتقدم .. وسواء اكان نواة لعبقرية واعدة ام مجرما صغيرا تحت التدريب فإنه يلتذ في إغاظتي وتستهويه إثارة حنقي انا بالذات دون سائر خلق الله ودون بقية سكان الحارة ولم يجد منفذا مناسبا لمضايقتي سوى التسلط على سيارتي القابعة على يمين الشارع فيحبذ اكثر ما يحبذ الجلوس على غطاء المحرك فيندل رجليه من جهة المقدمة ويروح يضرب على "الشل" البلاستيكي برجله اليسار مرة وبرجله اليمين مرة اخرى دون كلل او ملل .. فأنظر نحوه من نافذة منزلي في الطابق الثالث فينظر نحوي نظرة محايدة لا تدل على إكتراث بالشرر الذي يتقادح من عيني ثم يلتفت الى اية جهة اخرى بعفوية وبراءة قل نظيرهما مطمئنا الى انني لن اهبط الى الشارع بالبيجاما فأقرر ان استفيد من خبرتي في ردع الأولاد وكبح شرورهم اثناء سنوات التدريس وما ان يدير وجهه ناحيتي مرة ثانية حتى اقطب ما بين حاجبي وازم زاويتي شفتي واحني انفي قليلا كي اصور له انني عما قريب سأنقض عليه من النافذة لكنه ما يلبث ان يتمخط بلحم ساعده وينعطف نحو مراة السيارة الجانبية ويشرع بالعبث بها الى ان يستقر وجهها نحو الفضاء .. وهنا اضطر الى اللجوء لأسلوب التودد والملاطفة فأناديه ..

– يا شاطر ..

فلا يسمع او مرة فأكرر النداء فيستقر وجهه ناحيتي واتوسل اليه راجيا ان يتلطف بالهبوط عن غطاء المحرك فيسألني مشيرا الى نفسه :

– انا ؟

فأقول له :

– نعم ..

فينط على الفور وهو يقول :

– تكرم يا جار !

وما ان ادير وجهي واشرع في إعادة الستارة الى وضعها الذي كانت عليه حتى ينط الوغد فوق غطاء المحرك من جديد وكان المشهد السابق لم يحدث قط !

ومنذ ذلك اليوم وانا اتحين الفرصة لتشليع اذنيه وضربه على قفاه ومنذ ذلك اليوم ايضا نشبت بيني وبينه حرب خفية صامتة لها في كل يوم جولة اخسرها انا ويربحها هو لكني اقول اثر كل جولة ان خسارة جولة لا تعني خسارة حرب ورغم هذا التفاؤل الزاهي فإنني كنت ارى من وقت الى اخر كوابيس ثقيلة تنشف ريقي كان اخرها ثلاثة كوابيس رأيتها يوم امس وانا نائم في فترة القيلولة رأيت في الثاني قاربا مثقوبا في عرض المحيط الهندي ، اركب فيه وحدي ويرتفع بداخله منسوب المياه وابدأ بالغرق التدريجي ورأيت في الثالث مأمور ضريبة الدخل يلوح لي بدفتر التقدير الذاتي ففي احد الأيام اقتربت من سيارتي وكانت جمهرة من الأولاد يلعبون الى جوارها ومعهم طابة شرايط وعندما رأوني توقفوا عن اللعب وتعلقت انظارهم بوجهي وهم يتبسمون ببراءة الأطفال فظننت ان في تقوسهم (شيئا ما) او انهم قرأوا (يوميات فرحان فرح سعيد) فأصلحت من ربطة عنقي ورفعت تلك الشعيرات التي لا تفتأ تهبط الى جبيني ثم لاحظت انهم يتقهقرون شيئا فشيئا وعندئذ ادركت ان ثمة اذى قد لحق بسيارتي فالتفت نحوها فوجدت المراة الجانبية مكسورة وما ان استدرت نحوهم كي استفسر منهم عمن قام بهذا الفعل المؤذي حتى وجدت نفسي وحيدا مع شظايا المراة .. فقد هرب الأولاد ومعهم طابة الشرايط ومعهم ذلك الولد الرقيع الذي اكاد اجزم انه هو دون سواه من قام برشق حجر على المراة ..

وتكرر العدوان على سيارتي والولد الوغد نفسه الذي يشن هذه الحملات التخريبية لا يتغير فكسر الأنتين مرة وكسر الضوء الأمامي مرة ثانية الى جانب الفعل اليومي الذي يستعذبه وهو الجلوس على غطاء المحرك .. وصرت اترصده وافكر بخطة محكمة كي اقبض عليه من فتحة فانيلته واقوم بتسليمه للسيد والده لعله يردعه عن الإمعان في تشويه سيارتي وإلحاق الإضرار بها .. وكي اسأله عن سر حبه لسيارتي بالذات دون ان يعبأ بغيرها من سيارات الجيران او سيارات ضيوف الجيران!

البقية ص ٨

تصريح للناطق بإسم وزارة خارجية الجمهورية الإسلامية الإيرانية

النجم العربي – خاص

الناطق بإسم وزارة خارجية الجمهورية الإسلامية الإيرانية اعتبر محاولات امريكا لتسليط إسرائيل على منطقة الشرق الأوسط واخطر تهديد للشعوب المسلمة في المنطقة وقال : لا يجب السماح لتعريض امن وإستقرار المنطقة لمؤامرات اعداء الإسلام الذين يريدون حذف الرأي العام الإسلامي عن هذا الخطر الحقيقي السيد محمود محمدي الناطق بإسم وزارة الخارجية اشار الى بيان وزراء خارجية الدول الأعضاء في مجلس التعاون في الخليج الفارسي والذي اعتبرت فيه ان القوة العسكرية الإيرانية تهديدا السلام والأمن في المنطقة وقال : ان مثل هذه البيانات تتعارض مع النوايا القائمة على حسن الجوار وهي خطوة نحو تأمين مصالح القوى الأجنبية ، وهي في نظرنا تعتبر على انها إعطاء إمتياز سياسي للحكومة الجديدة للنظام المحتل للقدس ، وقال السيد محمدي : ان هذه التصريحات لم تصدر سوى لتشجيع تواجد عسكري اكبر لأمريكا في المنطقة وقد اعتبر الناطق بإسم وزارة الخارجية ان حسن الجوار والتعاون من اجل تأمين إستتباب الأمن والإستقرار في الخليج الفارسي ، وكذلك الجهود التي تبذل من اجل إخلاء الشرق الأوسط من اسلحة الدمار الشامل هي من السياسات الأساسية الجمهورية الإسلامية الإيرانية . واضاف قائلا : ان مثل هذه المواقف غير المنطقية تتخذ ضد الجمهورية الإسلامية

البقية ص ٨



انا ناصري ولن ازور فلسطين الا بتأشيره فلسطينيه



نور الشريف

في حديث هاتفي ، صرح نور الشريف لمندوب النجم العربي الاسبوع الماضي بأنني اعلن وبصراحه ودون تردد أنني ناصري ومنذ نشأتي الشبابيه وايماني بعبد الناصر لا يتجزأ وأنني حقيقه ضد التطبيع مع الكيان الصهيوني وان اتقدم لزياره فلسطين الا اذا كنت احمل تأشيره من السفاره الفلسطينيه وانتم تعلمون بانني اول من ساند المقاومه في حصارها في بيروت وأنني دخلت الى بيروت برغم الحصار مع الوفد المصري لرفع معنويات المقاومه بعد ان عجز العرب عن صنع اي شيء لمساعدتها ولم تجتمع القمة انذاك الا بعد أن خرجت المقاومة من بيروت .

واقول قد اتعرض الى محاوله القتل على طريقة ناجي العلي كفنان انتقد .

نور الشريف ليس فنانا موهوبا فحسب بل انه المثقف والصريح وصاحب القرار الذي يدافع عنه وحتى الموت بصرف النظر عن العواقب كما صرح للمندوب .

غينفادي زيوغانوف المنافس الأول

بورس يلسن الفردوس الشيوعي يطغى على الانتخابات في موسكو

موسكو — وكالات

طغت شعارات غنادي الممثل للشيوعيه الحمراء على كافة الشعارات الاخرى وتعاظمت الكتل البشريه المؤيد لاهله ولانصاره من المتقدمين في السن الذي يشكلون المفصل الاساسي في المشاركه في للمهرجانات الخطابيه للمعارضه التي طغت شعاراتها الحمراء على اجواء موسكو والتي تنذر بعودة الفردوس الشيوعي انقاذ لروسيا . وتزايدت اعداد الجيش والعاملين في المصانع واقسام الأمن الخاصة واجهزة الشرطة التي إنضمت الى هذه المهرجنات والمواطنون الحزبيون السابقون حيث يعتبرون وصول غينفادي الى السلطه الروسيه عوده الى احياد الدوله العظمى الاتحاد السوفياتي واعاده الانظمه السوفياتيه الحبيبه الى نفوسهم واهتمام الدوله بجميع المواطنين والانعدام الظاهري لانقسام المجتمع الى اغنياء وفقراء والاستقرار والاطمئنان الى الغد وتعتبر لاخر عودة الحياه السابقه التي وان كانت فقيره فهي هادئه ومضمونه مفيده.

ليبيا تقبل المشاركة في الاتحاد المغربي الكبير

خاص النجم العربي..

اعلنت طرابلس الاسبوع الماضي عن قبولها مبدأ المشاركه وعلى اعلى مستويات في القمة المقبله للاتحاد المغربي العربي . الذي يضم كلا من المغرب والجزائر وتونس وليبيا وموريتانيا بعدما طلبت المغرب رسميا بتجميد انشطة الاتحاد كرد فعل على الموقف المضاد والتي اتخذته الجزائر من قضية الصحراء المغربية كما يتنامى مع نصوص انشاء الاتحاد وروحه . واكد الناطق الرسمي الليبي بأن ليبيا تسقط شرطها حول السماح العقيد القذافي بالانتقال الى العاصمة تؤوي القمه على طائرته الخاصه انطلاقا من أحدى المطارات الليبيه وتجاوز قرارات الحظر الجوي على ليبيا منذ ثلاث سنوات . كما اكد الناطق الرسمي عن استعداد ليبيا لاستضافة هذه القمه

وكانت ليبيا ترفض قبول رئاسة الاتحاد وحتى حضور القمم المعقوده في اطاره احتجاجا على ما تراه من تقص في التضامن معها حيال العقوبات المسلطه عليها من قبل مجلس الأمن والدعوه الى تحدي تلك القرارات وعدم الأخذ بها ..

صباح الخير يا وطني

التكهنات وارهاصات المفاوضة

جاسر عواد

لا شك ان نجاح الليكود في الانتخابات الاخيرة قد اذهل المراقبين وخاصة الذين يسيرون في الفلك الامريكي ، لقد اوحت الادارة الامريكية للعالم اجمع بأنها تتخندق في مربع حزب العمل دعما ومساندة باعتباره زعيم التسوية المدريدية وذهبت ابعد من ذلك بدفع الاصدقاء العرب في مسارات التسوية وخارجها لمؤازرة حزب العمل ولقد نجحت السلطة الفلسطينية بعقد المجلس الوطني الفلسطيني في غزة والغت بنود الميثاق المنافية بالقضاء على اسرائيل في ذروة عملية عناقيد الغضب على لبنان وتحكمت في ضبط الكوادر المتنفذة في مسار العملية الانتخابية في الوسط العربي . ولكننا ندرك في نهاية المطاف ان الادارة الامريكية لا تعبأ بنجاح العمل او الليكود الا بمقدار ما يقدم من خدمات متميزة وتنفيذا لمخططاتها في المنطقة مما يشكل عندها الضمانة الاهم ، واذا ما استعرضنا خطواتها ابان حكم العمل نجد ان واشنطن تقف خلف غياب رابين الذي استكبر وشب عن الطوق المرسوم له بعد ان ادار ظهره للسوريين كما ان فشل بيرس يصب في ذات الاتجاه اذا ما علمنا بأن الذي افرز مديرا لحملة نيتنياهو الانتخابية كادرا امنيا رفيع المستوى وامريكي من واشنطن وسقوط بيرس ونجاح نيتنياهو وصعوده الى السلطة تحصيل حاصل لعملية اعدت بدقة وصيغت تفاصيلها في واشنطن وتل ابيب باشراف كوادر امنية مختصة من اجهزة البلدين كمقدمة لاستئناف العملية السلمية بطريقة أسرع وافضل وخاصة على الجانب السوري بعدما اعلن في اكثر من مرة من ان دمشق تفضل التعامل مع الليكود الاقوى والانضج سياسيا من التعامل مع ميوعة وتطبية العمل سيما وان الليكود قد نجح في انجاز اول تسوية معقدة في المنطقة عبر محطة كامب ديفيد وان سوريا تعتبر المحطة الاهم ومعقدة الجوزة التي يصعب كسرها والتي تغري واشنطن بالبحث عنها وملاحقتها

النجم العربي
رئيس مجلس الادارة والمدير العام ، مدير التحرير : جاسر عواد
هواتف الجريدة – ٧٥١١٠٤ ، تلفاكس ٧٨٤٦٠٢ منزل ٧٥١٢٥٢ الاشتراكات للافراد ٢٥ دينار سنويا او ما يعادلها والمؤسسات ٣٠ دينار او ما يعادلها يضاف اليها اجور البريد ، اجرة البرق للمشتركين في الخارج ص ب ٥١٠٦٥٨ – ٦٣١١٩٨